

Heidi Aalto

ENSISYNNYTTÄJIEN KOKEMUKSET SAIRAALAN SYNNYTYS-  
VALMENNUKSESTA

Hoitotyön koulutusohjelma  
Terveystenhoitotyön suuntautumisvaihtoehto  
2011

# ENSISYNNYTTÄJIEN KOKEMUKSET SAIRAALAN SYNNYTYSVALMENNUKSESTA

Aalto, Heidi  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Huhtikuu 2011  
Ohjaaja: Teeri, Sari  
Sivumäärä: 45  
Liitteitä: 5

Asiasanat: Ensisynnyttäjät, kokemukset, synnytysvalmennus.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata ensisynnyttäjien kokemuksia Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksesta. Lisäksi kuvattiin vanhempien synnytysvalmennuksessa ja tutustumiskäynnillä saadun tiedon riittävyyttä. Opinnäytetyössä verrattiin Satakunnan keskussairaalan synnytysosastojen tutustumiskäynnillä käyneiden vanhempien kokemuksia sairaalan auditoriossa järjestettyyn synnytysvalmennukseen osallistuneiden vanhempien kokemuksiin. Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksen kehittämistyössä.

Opinnäytetyön aineisto kerättiin Satakunnan keskussairaalan synnytysvuodeosastolla, S0, 15.11.–31.12.2010 välisenä aikana. Kyselylomake jaettiin kaikille ensisynnyttäjille ennen kotiutumista. Vastauksia saatiin yhteensä 52 ensisynnyttäjältä, joista 28 oli osallistunut synnytysosastojen tutustumiskäyntiin ja 24 oli osallistunut auditoriossa järjestettyyn synnytysvalmennukseen. Kerätty aineisto analysoitiin sekä kvantitatiivisesti että kvalitatiivisesti.

Tulosten mukaan pääosin vanhemmat olivat tyytyväisiä synnytysvalmennuksessa ja tutustumiskäynnissä saatuihin tietomääriin. Erityisen hyvin molemmissa toteutuksissa oli käsitelty synnytyksen alkaminen ja sairaalaan lähteminen, normaalin synnytyksen eteneminen ja toimenpiteet synnytyksen aikana sekä kivunlievityskeinot. Lisäksi imetyksen edut äidille ja vauvalle sekä vanhemmuuden ensihetket tulivat hyvin esille. Vanhemmat olisivat toivoneet saavansa enemmän tietoa aiheista poikkeava synnytys, rentoutusmenetelmät sekä äidin ja vauvan mahdolliset ongelmat synnytyksen jälkeen ja niiden hoito. Synnytysvalmennuksen ja tutustumiskäynnin välillä oli pieniä eroja vanhempien kokemuksissa tiedon saatavuudesta, mikä johtunee toteutusten erilaisuudesta.

Synnytysvalmennuksella oli enemmän synnytyspelkoja vähentävä vaikutus kuin tutustumiskäynnillä. Vanhemmat olivat yleisesti tyytyväisiä synnytysvalmennuksen toteutukseen. Suurin osa vanhemmista koki, ettei synnytysvalmennus ollut vastannut odotuksia. Vanhemmat olivat odottaneet asioiden laajempaa käsittelyä ja pääsevänsä tutustumaan synnytysosastoille. Eniten palautetta tuli synnytysvalmennuksen ryhmäkoosta. Vanhemmat kokivat, ettei niin isossa ryhmässä uskalla kysyä mieltä vaivavista asioista. Mielekkäimpänä opetusmenetelmänä synnytysvalmennukseen vanhemmat pitivät havainnollistavaa esittämistä ja luentoa. Osa vanhemmista olisi kaivannut erilaisia harjoituksia rentoutumismenetelmistä ja synnytysasennoista.

# PRIMIPARAS' EXPERIENCES OF HOSPITAL'S PRENATAL CLASS

Aalto, Heidi

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Nursing

April 2011

Supervisor: Teeri, Sari

Number of pages: 45

Appendices: 5

Keywords: Primiparas, experiences, prenatal classes.

---

The purpose of this thesis was to describe the experiences of the primiparas about the prenatal classes in Satakunnan keskussairaala. In addition the thesis described if the information that was given to the parents in the classes and at the visit to the maternity ward was adequate. There were two different groups and their experiences were compared. The other group was formed from the parents who visited the maternity ward in Satakunnan keskussairaala while the other group got the same information about childbirth from a prenatal class in the hospital's auditorium. The results of this thesis can be put to use in the development of the prenatal classes.

The material of the thesis was collected in a maternity ward, S0 in Satakunnan keskussairaala during 15.11. – 31.12.2010. The questionnaire was given to all primiparas before their discharge. There were 52 responses; from which of 28 took part in the maternity ward visit and 24 took part only in the prenatal class. The collected material was analyzed both in quantitative and qualitative way.

According to the results the parents were mainly satisfied with the amount of information they were provided with in the prenatal class and at the visit to the maternity ward. In both realizations, the beginning of the birth, the course of giving birth and the procedures and pain management during labour, were exceptionally well discussed. In addition the benefits of breastfeeding to the mother and child, as well as the first moments of parenthood were well displayed. The parents did hope for more information about anomalous birth, relaxation methods, and the problems that occur after the birth and how to treat them. Because the realizations were very different, you can see slight differences between the prenatal class and the visit to the maternity ward in the parents' experiences about acquiring information.

The prenatal classes reduced the fears of childbirth more than the visit to the maternity ward. The parents were mainly satisfied with the course of the class, but the majority of the parents felt, that the class didn't meet their expectations. The parents expected wider approach on subjects and they also expected a visit to the maternity ward. The most of the feedback was from the size of the group in the prenatal class. The parents experienced that the group was so big that you couldn't ask about all the things that were bothering them. The parents felt that the most useful way of teaching the subject was the illustrated presentation and the lecture. Some of the parents would have wished different kinds of exercises about relaxation and obstetric positions.

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	SYNNYTYSVALMENNUS.....	8
2.1	Synnytysvalmennuksen historia .....	9
2.2	Synnytysvalmennus 2000-luvulla.....	10
2.3	Sosiaali- ja terveysministeriön suositus synnytysvalmennuksesta .....	12
3	SATAKUNNAN KESKUSSAIRAALAN TUTUSTUMISKÄYNNIT JA SYNNYTYSVALMENNUS.....	13
3.1.1	Tutustumiskäynnit.....	14
3.1.2	Synnytysvalmennus.....	15
4	AIKAISEMMA TUTKIMUKSET .....	17
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT.....	18
6	TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN .....	19
6.1	Kohderyhmä ja aineiston keruu .....	19
6.2	Tutkimusmenetelmä.....	20
6.3	Aineiston analysointi .....	21
7	TUTKIMUKSEN TULOKSET .....	22
7.1	Vastaajien taustatiedot .....	22
7.2	Vanhempien odotukset ja kokemukset synnytysvalmennuksesta ja tutustumiskäynnistä .....	23
7.2.1	Vanhempien kokemukset synnytysvalmennuksen toteutuksesta.....	24
7.2.2	Vanhempien kokemukset tutustumiskäynnin toteutuksesta.....	27
7.2.3	Toteutusten vaikutus ensisynnyttäjien kokemuksiin synnytyspelkoihin.....	28
7.3	Vanhempien kokemukset saamastaan tiedosta .....	29
8	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA .....	33
8.1	Jatkotutkimusaiheita .....	38
8.2	Tutkimustulosten luotettavuus.....	39
8.3	Tutkimuksen eettisyys .....	41
8.4	Tutkimustulosten hyödynnettävyys .....	42
	LÄHTEET .....	43
	LIITTEET	
	LIITE 1: TUTKIMUSLUPA	
	LIITE 2: SAATEKIRJE VANHEMMILLE	

LIITE 3: LISÄOHJEISTUS SAIRAALAN TUTUSTUMISKÄYNTIIN OSALLIS-  
TUNEILLE VANHEMMILLE

LIITE 4: KYSELYLOMAKE

LIITE 5: ESIMERKKI SISÄLLÖNANALYYSISTÄ

## 1 JOHDANTO

Äitien valmentaminen synnytykseen sai alkunsa 1930-luvulla Dick-Readin kehittämän rentoutus- ja hengittämismenetelmän myötä. Synnytysvalmennus kehittyi rentoutusmenetelmistä äitiysvoimisteluun ja siitä edelleen lapsenhoidon opettamisesta perhevalmennukseen. Synnytysvalmennus on ollut pitkään tärkeänä osana perhevalmennusta. Tutustumiskäynti synnytysosastoille on ollut osana synnytysvalmennusta. Tällä hetkellä synnytysvalmennuksen kehittämistä ohjaa Sosiaali- ja terveysministeriön (2007) Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisen toimintaohjelma 2007–2011.

Synnytysvalmennuksella pyritään valmistelemaan vanhemmat tulevaan synnytystapahtumaan ja tukemaan synnytyksen onnistumista. Lisäksi tavoitteena on vanhempien myönteinen suhtautuminen synnytykseen ja kipuun. Synnytysvalmennuksessa ammattilaiset antavat vanhemmille tukea ja apua, jotta vanhemmilla olisi halu synnyttää ja jotta he pystyisivät ottamaan synnytyksen vastaan sellaisena kuin se on. (Haapio, Koski, Koski & Paavilainen 2009, 111; Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 62; Viisainen 1999, 79.)

Satakunnassa synnytysvalmennus on muutosvaiheessa Sosiaali- ja terveysministeriön (2007) laatiman toimintaohjelman myötä. Keväällä 2010 Satakunnan keskussairaala otti vastuulleen synnytysvalmennuksen järjestämisen. Tällä hetkellä auditoriossa järjestetyssä synnytysvalmennuksessa käyvät ns. sote-kuntien ensisynnyttäjät. Sote-kuntia ovat Pori, Luvia, Merikarvia, Pomarkku ja Ulvila. Sote-kuntien ulkopuolella asuvat ensisynnyttäjät käyvät edelleen tutustumiskäynnillä sairaalan synnytysosastoilla. Vuoden 2011 keväällä synnytysvalmennusta tullaan tarjoamaan kaikille satakuntalaisille ensisynnyttäjille ja tutustumiskäynnit synnytysosastoille tullaan lopettamaan.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata vanhempien kokemuksia sairaalan synnytysvalmennuksesta ja tutustumiskäynnistä sekä vanhempien näissä tilaisuuksissa saaman tiedon riittävyttä. Riittävää tiedon saantia pidetään merkittävänä asiana naisen raskauden ja synnytyksen aikaisten tuntemusten kannalta. Lisäksi tiedonsaan-

nilla on tärkeä osuus synnytykseen liittyvien pelkojen lievittymisessä. (STM 2007, 49.)

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen sillä Sosiaali- ja terveysministeriön toimintaohjelma seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämisestä ohjaa synnytysvalmennuksen kehittämiseen. Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennusta halutaan kehittää vanhempien tarpeet huomioiden. Tätä tutkimusta tullaan käyttämään synnytysvalmennuksen kehittämisessä, joten opinnäytetyön pääpainopisteenä on synnytysvalmennus.

## 2 SYNNYTYSVALMENNUS

Kaikille raskaana oleville naisille on tarjolla kansanterveyslain mukainen maksuton äitiyshuollon palveluihin kuuluva äitiysneuvola. Kansanterveyslain asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta astui voimaan vuonna 2009. Asetuksen mukaan ensimmäistä lastaan odottavalle perheelle on järjestettävä moniammatillisesti toteutettua perhevalmennusta. Perhevalmennuksen tulee sisältää yhtenä osa-alueena synnytysvalmennus. Synnytysvalmennuksen terveysneuvontaa tulee tarjota molemmille vanhemmille. Sosiaali- ja terveysministeriön suosituksen mukaan synnytysvalmennuksen terveysneuvonnan on sisällettävä tietoa mm. synnytyksen vaiheista, poikkeavista tilanteista synnytyksessä, synnytykseen valmentautumisesta, synnytykseen mahdollisesti liittyvistä mielialan vaihteluista, kivunhallinnasta, synnytykseen liittyvistä peloista ja niiden käsittelystä, varhaisesta ihokontaktista ja vuorovaikutuksesta sekä imetyksestä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009 [viitattu 5.10.2010]; STM 2007, 62.)

Synnytysvalmennuksen tavoitteena on valmistella vanhemmat tulevaan synnytystapahtumaan ja tukea synnytyksen onnistumista. Lisäksi tavoitteena on vanhempien myönteinen suhtautuminen synnytykseen ja kipuun. Synnytysvalmennuksessa vanhempien on mahdollista saada ammattilaisten tukea ja apua, jotta heillä olisi halu synnyttää ja he voisivat ottaa synnytyksen vastaan sellaisena kuin se on. (Haapio ym. 2009, 111; STM 2007, 62; Viisainen 1999, 79.)

Synnytysvalmennusta järjestetään ensisijaisesti ensisynnyttäjille vähintään kerran raskauden aikana. Joissakin kunnissa synnytysvalmennusta järjestetään myös uudelsynnyttäjille. Tuleville monikkoperheille on tarjolla oma synnytysvalmennus. Sosiaali- ja terveysministeriön (2007, 62) suosituksen mukaan synnytysvalmennusta tulisi järjestää keskusneuvoloissa tai sairaaloissa. Lisäksi sosiaali- ja terveysministeriö suosittelee, että synnytysvalmennuksesta vastaisi synnytyssairaalassa työskennellyt kätilö. (Viisainen 1999, 79.)



## 2.1 Synnytysvalmennuksen historia

Äitien valmentaminen synnytykseen on saanut alkunsa 1930-luvulla englantilaisen Grantly Dick-Readin kehittelemän menetelmän myötä. Dick-Read vastusti siihen aikaan vallinnutta medikalisoitunutta synnytyksen hoitotapaa ja puhui luonnollisen synnytyksen puolesta. Dick-Read uskoi pelon, tietämättömyyden ja jännityksen tekevän luonnostaan lähes kivuttomasta synnytyksestä kivuliaan. Dick-Readin valmennusmenetelmässä annettiin äideille teoreettista tietoa synnytyksestä ja opetettiin äitejä rentoutumaan ja hengittämään oikein. Dick-Readin menetelmä kantautui Suomen äitiysneuvoloihin 1940-luvulla, jolloin sitä kutsuttiin äitiysvoimistelukurssiksi. (Eskola, Hytönen & Komulainen 1993, 60; Haapio ym. 2009, 185.)

Äitiysvoimistelu muuttui äitiysvalmennukseksi 1950-luvulla. Äitiysvalmennuksessa kätilöt valmistelivat äitejä vastaanottamaan vauvansa opettamalla lapsenhoitoa. Äitiysvalmennuksessa otettiin myös huomioon raskauden aikaiset mielialan vaihtelut. Äitiysvalmennus laajeni vähitellen koko maahan. Kätilöt kokivat äitiysvalmennuksen niin tärkeäksi, että pitivät valmennusta silloinkin kun äitiysvalmennusta yritettiin korkeammalta taholta lopettaa. (Haapio ym. 2009, 185.)

Suomeen alkoi 1960-luvulla levitä ranskalainen psykoprofylaktinen synnytysmenetelmä. Samaan aikaan alettiin puhua synnytysvalmennuksesta. Psykoprofylaktinen menetelmä on sovellus venäläisen Ivan Pavlovin refleksiopista. Sen mukaan synnytyskipu on aiemmista kokemuksista hankittu refleksi, joka voidaan torjua hankkimalla uusi, parempi heijaste. Psykoprofylaktisen synnytysmenetelmän mukaan äiti voi ennaltaehkäistä synnytyskipuja opettelemalla oikeanlaista hengittämistä ja rentoutumista etukäteen. Synnytyksen aikana äiti opettelee käyttäytymään uudella tavalla ja näin koettu synnytyskipu jää vähäisemmäksi. Psykoprofylaktinen synnytystekniikka oli pitkään Suomessa synnytysvalmennuksen pääasiallinen sisältö, vaikka vain harvat äidit hyötyivät siitä synnyttäessään. (Eskola ym. 1993, 60; Säisä 1996, 27.)

Suomessa sairaalasynnytysten määrä lisääntyi 1970–1980-luvuilla ja synnytystapah-tuma muuttui lääketieteellisemmäksi. Kätilöt halusivat edelleen korostaa luonnollista synnytystä ja naisen omia voimavaroja. Suomeen kantautui englantilaisten Sheila

Kitzingerin ja Janet Balaskasin idea aktiivisesta synnytyksestä. Kitzingerin ja Balaskasin idean mukaan nainen voi vaikuttaa aktiivisesti synnytyksen kulkuun. Synnytysvalmennuksessa pyrittiin antamaan tulevalle äidille mahdollisuus löytää itselleen sopivia tapoja liikkua ja hengittää sekä erilaisia asentoja synnyttää. Kitzingerin mukaan synnytys on äidin, isän ja lapsen tärkeimpiä hetkiä ja siksi synnytysvalmennus tulisi tarjota koko perheelle. Synnytystapahtuman muutosvaiheessa kättilöt ammensivät tätä ideaa synnytysvalmennuksiin. Perhesynnytys perustuu Kitzingerin ajatuksiin synnytyksestä. Kitzingerin ajatuksena oli, että äiti tulee valmentaa tulevaan tapahtumaan ja isä aktiivisesti osallistuvaan rooliin sekä isän tulisi olla mukana synnytyksessä ja äitiä ja vastasyntynyttä ei saisi erottaa toisistaan synnytyksen jälkeen. Suomalaisissa synnytyssairaaloissa on edelleen käytössä perhesynnytyskäytäntö. (Eskola ym. 1993, 60; Haapio ym. 2009, 186.)

Synnytysvalmennuksessa tapahtunut kehitys vaikutti siihen, että vanhemmat alkoivat vaatia isän osallistumista synnytykseen. Vuonna 1971 isät saivat luvan osallistua synnytysvalmennukseen. 1970-luvulla isien oli osallistuttava synnytysvalmennukseen päästäkseen mukaan synnytykseen. Vasta 1980-luvulla isät saivat vapaapääsyn synnytyssaleihin. Suomalainen kättilö Leena Valvanne piti isien valmentamista tärkeänä ja ajoi asiaa eteenpäin. Vanhemmat kokivat perhesynnytyksen ja molempien vanhempien valmennuksen myönteisesti ja tämä loi muutospaineita äiti- ja synnytykskeskeiseen valmennukseen. Synnytysvalmennusta alettiin muuttaa perhekeskeisempään ja vanhemmuutta tukevampaan suuntaan. (Haapio ym. 2009, 187; Säisä 1996, 27.)

Synnytysvalmennuksen tilalle tuli perhevalmennuskäsite 1980-luvulla. Perhevalmennuksella halutaan valmentaa ja tukea koko perhettä tulevan lapsen odotukseen, synnytykseen ja uuteen perhe-elämään. Synnytysvalmennus on yksi tärkeä osa perhevalmennusta. (Lindholm 2007, 36.)

## 2.2 Synnytysvalmennus 2000-luvulla

Synnytysvalmennus on 2000-luvulla jälleen muutospaineiden alla mm. vanhempien muuttuneiden tarpeiden, kiireellisten elämäntapojen ja resurssien säästöjen myötä.

Synnytysvalmennusta on perinteisesti järjestetty luentomaisesti äitiysneuvoloissa perhevalmennuksen osana. Tällä hetkellä Sosiaali- ja terveysministeriön Seksuaali- ja lisääntymisterveyden (2007) edistämisen toimintaohjelma 2007–2011 ohjaa synnytysvalmennuksen kehittämiseen. Synnytysvalmennusta järjestävät paikkakunnasta riippuen äitiysneuvolat, synnytys sairaalat ja yksityinen sektori. Säästöjen vuoksi monet synnytysvalmennusta järjestävät tahot ovat joutuneet kehittämään synnytysvalmennuksesta uusia muotoja. (STM 2007, 3-4.)

Synnytysvalmennuksen uusi muoto on internetissä tapahtuva synnytysvalmennus. Nettivalmennus on yleistynyt monessa sairaanhoitopiirissä. Synnytysvalmennuksen verkkoon siirtämiseen ovat ajaneet mm. kiireelliset elämäntavat ja resurssien säästösyöt. Internetissä vanhemmat voivat käydä synnytysvalmennuksen läpi missä haluavat itselleen sopivaan aikaan ja resurssit säästävät synnyttäjien hoitoon. Kuopiossa yliopistollisen sairaalan nettivalmennus on kehitetty perinteisen synnytysvalmennuksen rinnalle vanhempien tueksi. Synnytysvalmennuspalvelua on haluttu kehittää ajan hengessä ja pitää tieto helposti saatavilla internetissä. Haittapuolena on, että ammattilaisten tukea ja apua mieltä vaivaaviin asioihin ei ole verkossa tarjolla. (Haapio ym. 2009, 118; Kuopion yliopistollinen sairaala 2010 [viitattu 6.10.2010].)

Kuopion lisäksi myös esimerkiksi Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri on laatinut internetsivuilleen nettivalmennusta synnytysvalmennuksen tueksi. Helsingin Kättilöopiston sairaalan Haikaranpesässä synnytysvalmennusta järjestetään ensisynnyttäjille kolme tuntia ja lapsivuodevalmennusta kaksi tuntia. Näiden lisäksi on tarjolla muita vapaaehtoisia teemaryhmiä, kuten seksuaalisuus-, mieliala- ja rentoutusryhmät. (Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri 2010 [viitattu 8.2.2011].)

Resurssien säästöjen vuoksi jotkut synnytysvalmennusta järjestävät tahot ovat joutuneet siirtämään synnytysvalmennuksen kokonaan internetiin. Esimerkiksi Tampereen yliopistollinen sairaala siirsi vuonna 2009 synnytysvalmennuksen kokonaan internetiin ja lopetti myös tutustumiskäynnit synnytysosastolla resurssien säästämiseksi synnyttäjien hoitoon. Vanhemmat kuitenkin kokevat tarvitsevansa perinteisempää synnytysvalmennusta, jossa heillä on mahdollisuus kysyä epäselviä asioita ja saada ammattilaisten tukea. Vanhempien perinteisemmän synnytysvalmennuksen kysyntä

on ollut suurta ja niinpä yksityiset yritykset ovat alkaneet järjestämään synnytysvalmennusryhmiä. (Pirkanmaan sairaanhoitopiiri 2010 [viitattu 6.10.2010].)

### 2.3 Sosiaali- ja terveysministeriön suositus synnytysvalmennuksesta

Sosiaali- ja terveysministeriön (2007, 3-4) työryhmä on laatinut kansallisen toimintaohjelman seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämiseksi. Toimintaohjelman tavoitteena on edistää väestön, pariskuntien ja yksilöiden seksuaali- ja lisääntymisterveyttä. Toimintaohjelmaan sisältyy perhevalmennuksen kansallinen hoitosuositus.

Sosiaali- ja terveysministeriö (2007, 52–54, 61) suosittelee toimintaohjelmassaan perhevalmennuksen yhdeksi osaksi synnytysvalmennusta. Vastuu synnytysvalmennuksesta olisi suosituksen mukaan kättilöllä hänen synnytyssairaalassa haalitun työkokemuksensa perusteella. Lisäksi sosiaali- ja terveysministeriö suosittelee synnytysvalmennuksen keskittämistä keskusneuvoloihin tai sairaaloihin. Keskittämisen taustalla on seksuaali- ja lisääntymisterveyden yksiköiden suureneminen ja toiminnan keskittyminen kuntien yhteistyösopimusten tai kuntaliitosten myötä. Keskittämällä synnytysvalmennus suurempien väestöpohjien seksuaali- ja lisääntymisterveyden yksiköihin, joissa on tarjolla erikoisosaamista, voidaan vahvistaa hoitohenkilökunnan osaamista sekä luoda paremmat edellytykset palvelun laadunhallintaan ja potilasturvallisuuteen.

Sosiaali- ja terveysministeriön (2007, 62) toimintaohjelmassa seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistämiseksi suositellaan synnytysvalmennukseen kuuluvaksi seuraavat aiheet:

- informaatio synnytyssairaalasta
- synnytyksen kulku ja vaiheet sekä poikkeavat tilanteet synnytyksessä
- synnytykseen valmentautuminen psyykkisesti ja fyysisesti
- synnytyksen suunnittelu ja osallistuminen päätöksentekoon hoidosta
- isän, toisen vanhemman tai tukihenkilön rooli synnytyksessä sekä psykososiaalisen tuen merkitys
- kivun merkitys ja sen hallinta
- raskauteen ja synnytykseen liittyvät pelot ja niiden käsittely
- varhaisen ihokontaktin merkitys
- varhainen vuorovaikutus
- varhaisimetyksen merkitys sekä imetyksen suunnittelu ja sairaalan toiminta imetyksen tukemiseksi (mm. vierihoito ja lisämaidon antamisen perusteet).
- tutustumiskäynti synnytyssairaalaan.

### 3 SATAKUNNAN KESKUSSAIRAALAN TUTUSTUMISKÄYNNIT JA SYNNYTYSVALMENNUS

Satakunnassa Pori, Luvia, Merikarvia, Pomarkku ja Ulvila ovat sopineet sosiaali- ja terveyspalvelujen yhdistämisestä. Puhutaan niin sanotuista ”Sote-kunnista”. Tällä hetkellä Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksessa käy Sote-kuntien ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat. Muut satakuntalaiset ensisynnyttäjät käyvät edelleen tutustumiskäynnillä Satakunnan keskussairaalan synnytysosastoilla. Keväällä 2011 Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennusta tullaan tarjoamaan kaikille satakuntalaisille ensisynnyttäjille. Tutustumiskäynnit synnytysosastolla lopetetaan synnyttäjien rauhan ja potilasturvallisuuden takaamiseksi.

Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennukseen ja tutustumiskäynnille osallistuvien vanhempien neuvolasta saama perhevalmennusmäärä on hyvin vaihtelevaa ensisynnyttäjien asuinpaikkakunnasta riippuen. Synnytysvalmennuksen siirryttyä Satakunnan keskussairaalaan keväällä 2010 Porin ja Ulvilan äitiysneuvoloissa perhevalmennusten järjestäminen keskeytettiin samaan aikaan. Säkylässä, Raumalla ja Eurassa taas vanhemmille on tarjolla perhevalmennusta 5-6 käyntikertaa, joiden aiheina ovat mm. synnytys, imetys, lapsivuodeaika, vauvanhoito, suunhoito, parisuhde, vanhemmuus ja raskaudenajan muutokset naisen elimistössä. Huittisissa vanhemmille järjestetään neljä perhevalmennuskertaa. Myös Keski-Satakunnan terveydenhuollon kuntayhtymä, johon kuuluvat Harjavalta, Nakkila, Kokemäki ja Eurajoki, tarjoaa toimipisteissään ensisynnyttäjille perhevalmennusta. (Keski-Satakunnan terveydenhuollon kuntayhtymä 2010 [viitattu 14.2.2011].)

### 3.1.1 Tutustumiskäynnit

Sosiaali- ja terveysministeriö (2007) suosittelee tutustumiskäyntiä osaksi synnytysvalmennusta. Vanhemmat kokevat sairaalan synnytysosastoon tutustumisen tärkeänä ja myönteisenä kokemuksena synnytykseen valmentautumisessa. Tutustumiskäynnillä vanhemmat pääsevät näkemään tulevan synnytysympäristön ja siten synnyttämään lähteminen on helpompaa. Lisäksi vanhemmat pääsevät tutustumiskäynnillä tutustumaan hoitohenkilökuntaan sekä saavat ajantasaista ja totuudenmukaista tietoa synnytksen hoitotavoista. (Haapio ym. 2009, 117.)

Tutustumiskäyntien kesto ja sisällöt vaihtelevat. Toisissa sairaaloissa tutustumiskäynti on lähinnä vain tilojen esittelykierros ja toisissa taas tutustumiskäynti on korvattu laajempi sisältöisemmällä synnytysvalmennuksella kuten esimerkiksi Helsingin Kättilöopiston Haikaranpesässä. (Haapio ym. 2009, 117; HUS 2010 [viitattu 8.2.2010].)

Satakunnan keskussairaalaossa tutustumiskäyntejä synnytysosastoille järjestetään vielä kevääseen 2011 asti Sote-kuntien ulkopuolelta Satakunnan keskussairaalaan ensimmäistä kertaa synnyttämään tuleville. Tutustumiskäyntejä pidetään kolme kertaa viikossa ja käynnille otetaan kerrallaan noin kuusi paria. Tutustumiskäynti kestää

noin 45 minuuttia synnytysosastolla ja noin 45 minuuttia synnytysvuodeosastolla. Tutustumiskäynnillä kuljetaan ryhmänä ja käydään tutustumassa mm. synnytysosastolla valmisteluhuoneeseen, isien huoneeseen ja synnytyssaliin sekä synnytysvuodeosastolla tavallisiin potilashuoneisiin, perhehuoneeseen, vauvanhoituhuoneeseen ja yleisiin tiloihin.

Synnytysosaston tutustumiskäynnin periaatteena on, että vanhemmat esittäisivät kysymyksiä ja kätilö vastaisi niihin. Äidit ja isät mieltivät kysymyksiä omissa ryhmissään noin 10 minuuttia ja kirjoittavat ne paperille. Tämän jälkeen ryhmät yhdistetään ja kätilö vastaa tehtyihin kysymyksiin. Siltä varalta, että kysymyksiä ei tule tarpeeksi, on luotu runko asioista, joista olisi tutustumiskäynnillä hyvä puhua. Synnytysosaston tutustumiskierroksella käydään läpi muun muassa sairaalaan lähteminen, toiminta valmisteluhuoneessa, yleisiä asioita (esimerkiksi parkkipaikat, isien/tukihenkilön ruokailu ja pukeutuminen, matkapuhelimien käyttö sekä tupakointi) ja sairaalaan tuloreitti. Mikäli vanhemmat eivät ole aktiivisia kysymään, kätilöt kertovat kierroksen aikana mitä tapahtuu missäkin huoneessa, miten synnytys etenee ja miten kipua voidaan lievittää synnytyksen avautumisvaiheen aikana.

Synnytysvuodeosaston tutustumiskierroksella kätilö kertoo muun muassa osaston toiminnasta ja yleisistä asioista, esimerkiksi vierailurajoitukset, matkapuhelimien käyttö ja hoitopäivämaksut. Lisäksi käydään läpi vanhemmuuden ensipäiviä, imetystä, vauvan mahdollisia ongelmia ja niiden seuranta, kotiutumisasioita sekä osastolla tapahtuvaa ohjausta.

### 3.1.2 Synnytysvalmennus

Satakunnassa synnytysvalmennus on ollut perinteisesti osana äitiysneuvolan perhevalmennusta, johon on kuulunut tutustumiskäynti Satakunnan keskussairaalan synnytysosastoilla. Tällä hetkellä synnytysvalmennus on parhaillaan muutosvaiheessa Sosiaali- ja terveysministeriön (2007) uusien suositusten myötä. Keväällä 2010 Porissa Satakunnan keskussairaala otti vastuulleen synnytysvalmennuksen järjestämisen Sosiaali- ja terveysministeriön suosituksen mukaisesti. Synnytysvalmennusta tarjotaan

ensisynnyttäjille ja valmennusta on yksi käyntikerta raskauden aikana. Äitiysneuvoloiden vastuulla ovat edelleen muut perhevalmennuksen osa-alueet. (STM 2007, 62.)

Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennus on vielä aika uusi palvelumuoto. Synnytysvalmennusta pyritään nyt kehittämään vanhempien tarpeiden mukaisesti. Synnytysvalmennuksessa käyvät Sote-kuntien ensisynnyttäjät kerran raskauden aikana. Keväällä 2011 synnytysvalmennusta tullaan tarjoamaan kaikille satakuntalaisille ensisynnyttäjille.

Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennus koostuu seuraavista aiheista:

- Sairaalan esittely ja yleiset asiat (mm. vierailuajat, parkkipaikat, sairaalaan tuloreitti)
- Mitä mukaan sairaalaan?
- Koska lähdetään sairaalaan?
- Lapsiveden meno
- Verinen vuoto
- Kun saavut sairaalaan
- Video: Synnytys
- Synnytyksen vaiheet ja poikkeavat tilanteet synnytyksessä (imukuppi ja sectio)
- Kivunlievitys
- Video: Epiduraalipuudutus
- Synnytysvuodeosaston esittely
- Video: Synnytysvuodeosasto
- Ensipäivät vauvan kanssa
- Imetys
- Vanhemmuus

Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennus on rakenteeltaan luentomainen ja sitä ohjaavat synnytysosaston ja synnytysvuodeosaston kättilöt. Synnytysvalmennuksessa esitellään miten WHO:n vauvamyönteisyysohjelma ohjaa synnytysosastoilla toimintaa imetyksen edistämiseksi. Synnytysvalmennuksessa näytettävä video synnytyksestä on äidin kolmannen lapsen synnytys. Esityksessä näytetään myös kuvia synnytysosastoista. Synnytysvalmennusta järjestetään Satakunnan keskussairaalan auditoriossa kerran kuussa ja se on kestoltaan noin kaksi tuntia sisältäen yhden lyhyen tauon puolivälissä. Valmennusryhmät ovat kooltaan suuria. Vanhemmilla on mahdollisuus kysyä ja kommentoida koko valmennuksen ajan. Lisäksi heillä on mahdollisuus kysyä mieltä vaivaavista asioista kättilöiltä kahden kesken valmennuk-



sen päätyttyä, mikäli eivät halua puhua koko ryhmän kuullen. Synnytysvalmennukseen ei kuulu tutustumiskäyntiä synnytysosastoilla.

Satakunnan sairaanhoitopiiri on koonnut internetiin synnytysosastojen kotisivuille tutustumiskäyntiä ja synnytysvalmennusta tukevaa materiaalia. Kotisivuilla käsitellään paljon samoja asioita, mitä tutustumiskäynnillä ja synnytysvalmennuksessa on esillä. Valmennuksessa vanhempia kehoitetaan käymään tutustumassa materiaaliin. (Satakunnan sairaanhoitopiiri 2006 [viitattu 3.11.2010].)

#### 4 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET

Haapio (2006) on tutkinut ensimmäistä lastaan odottavien vanhempien kokemuksia sairaalassa järjestetystä synnytysvalmennuksesta. Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata vanhempien kokemuksia valmennuksessa käytetystä osallistavasta menetelmästä. Tutkimuksessa järjestettiin kokeellinen synnytysvalmennus, jonka lähtökohtana olivat aikaisemmista tutkimuksista nousseet synnytysvalmennuksen kehittämishaasteet. Synnytysvalmennukseen osallistui kuusi lasta odottavaa pariskuntaa. Opetusmenetelmä oli avoin, valmennettavien omiin kysymyksiin perustuva keskustelu. (Haapio 2006, 2.)

Tutkimuksen tulosten mukaan vanhempien osallistumista sairaalan synnytysvalmennukseen tukisi asiakaslähtöiset järjestelyt. Sairaalan synnytysvalmennusta pidettiin hyvänä äitiysneuvolan valmennuksen täydentäjänä. Tutkimuksen mukaan osallistavan menetelmän myönteisinä puolina pidettiin mahdollisuutta toiminnallisuuteen ja asioiden laajaan käsittelyyn. Vanhemmat saivat tarkennusta aikaisemmin epäselviksi jääneisiin asioihin ja mieltä askarruttaviin kysymyksiin. Osallistavan menetelmän kielteisenä puolena pidettiin osallistumista estävänä piirteenä ujoutta. Lisäksi vanhemmat kokivat kysymysten keksimisen vaikeaksi ilman etukäteisvalmistautumista. (Haapio 2006, 2.)

Kivi (1996) on tutkinut opinnäytetyössään ensisynnyttäjien synnytysvalmennukseen liittyviä odotuksia ja kokemuksia. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää äitien ko-

kemuksia ja odotuksia synnytysvalmennuksesta sekä siellä saatavaa tietoa ja sen tarpeellisuutta. Lisäksi tutkimuksessa tarkasteltiin perhekeskeisyyden ja vuorovaikutuksen toteutumista sekä äidin saamaa tukea äidiksi tulemiseen ja äidin rentoutusharjoittelun kautta saamia valmiuksia osallistua synnytykseen. Tutkimus toteutettiin Porin kaupungin äitiysneuvoloissa kyselylomakkeilla, jotka terveydenhoitajat jakoivat ensimmäisellä kotikäynnillä synnytyksen jälkeen. (Kivi 1996, 23.)

Tutkimuksen tulosten mukaan vanhemmat olisivat halunneet enemmän tietoa synnytykseen liittyvistä ja sen jälkeisistä toimenpiteistä. Lisäksi vanhemmat kaipaivat tietoa mahdollisista poikkeustilanteista, esimerkiksi sektioista. Synnytysvalmennuksessa annetulla tiedolla oli kuitenkin synnytyspelkoa vähentävä ja turvallisuutta lisäävä vaikutus. Samoin vaikutti isän osallistuminen synnytykseen ja tutustumiskäynti sairaalassa ennen synnytystä. Tutkimuksen mukaan rentoutusharjoittelusta hyötyivät eniten ne äidit, jotka harjoittelivat niitä myös kotona. Vuorovaikutus terveydenhoitajan kanssa koettiin enimmäkseen myönteisenä ja luottamuksellisenä. (Kivi 1996, 2.)

Raitanen (2001) on tutkinut opinnäytetyössään odottavien äitien kokemuksia neuvolasta saamastaan tuesta ja ohjauksesta. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää mm. minkälaista tukea ja ohjausta odottavat äidit saavat neuvolassa. Tutkimus toteutettiin porilaisissa neuvoloissa kyselylomakkein. (Raitanen 2001, 2.)

Raitanen (2001) tutkimuksen mukaan porilaiset vanhemmat kokivat saaneensa tarpeeksi tietoutta äitiysneuvolassa kivunlievityksestä, säännöllisestä synnytyksestä, sairaalan tapahtumista ja vastasyntyneen hoidosta. Poikkeavasta synnytyksestä äidit saivat melko vähän tai ei lainkaan tietoa. Tutkimuksesta nousi esille, että vanhemmat toivovat enemmän ryhmätöitä, keskusteluja ja pohdintaa valmennukseen. Luento-omaisuudesta vanhemmat haluaisivat päästä eroon. (Raitanen 2001, 23, 33.)

## 5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata ensisynnyttäjien kokemuksia Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksesta. Lisäksi kuvataan vanhempien synnytysval-

mennuksessa ja tutustumiskäynnillä saadun tiedon riittävyyttä. Tutkimuksessa verrataan Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennukseen osallistuneiden vanhempien kokemuksia synnytysosastojen tutustumiskäynnillä käyneiden vanhempien kokemuksiin. Tutkimusaineisto kerätään ensisynnyttäjiltä synnytyksen jälkeen sairaalassa ennen kotiutumista. Tutkimuksesta saatua tietoa voidaan jatkossa hyödyntää Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksen kehittämiseen vanhempien tarpeiden mukaisesti.

Tutkimusongelmat:

1. Minkälaisia kokemuksia ensisynnyttäjillä on synnytysvalmennuksen toteutuksesta?
2. Missä määrin ensisynnyttäjät ovat saaneet tietoa koskien synnytystä?
3. Missä määrin ensisynnyttäjät ovat saaneet tietoa koskien synnytysvuodeosastoaikaa?
4. Minkälaista tietoa ensisynnyttäjät olisivat kaivanneet synnytysvalmennukselta?
5. Miten synnytysvalmennusta voisi kehittää?

## 6 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN

### 6.1 Kohderyhmä ja aineiston keruu

Tutkimuksen kohderyhmän muodostivat Satakunnan keskussairaalassa 15.11.–31.12.2010 välisenä aikana hoidossa olleet satakuntalaiset ensisynnyttäjät. Tutkimukseen osallistuneita ensisynnyttäjiä oli Eurasta, Harjavallasta, Huittisista, Kaanpäästä, Karvialta, Kokemäeltä, Porista, Raumalta, Siikaisista, Säkylästä ja Ulvilasta. Sote-kuntalaiset ensisynnyttäjät olivat osallistuneet Satakunnan keskussairaalan auditoriossa järjestettyyn synnytysvalmennukseen kun taas muut satakuntalaiset ensisynnyttäjät olivat käyneet Satakunnan keskussairaalan synnytysosastojen tutustu-

miskäynnillä. Edellä mainituista kunnista Sote-kuntiin kuuluvat Pori ja Ulvila. Kyselylomakkeet jaettiin kaikille ensisynnyttäjille.

Kyselylomake laadittiin yhdessä Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennusta ohjaavan ryhmän kanssa. Tarvittavat tutkimusluvut kyselyn suorittamiseen saatiin Satakunnan keskussairaalan synnytysosastojen ylihoitajalta ja ylilääkäriltä (Liite 1). Kysely suoritettiin Satakunnan keskussairaalan synnytysvuodeosastolla S0. Synnytysvuodeosastolle toimitettiin kyselylomakkeet, joiden ohessa olivat saatekirjeet vanhemmille sekä tiedote tutkimuksesta osaston henkilökunnalle.

Synnytysvuodeosaston henkilökunta jakoi kyselylomakkeita ensisynnyttäjille synnytysten jälkeen ennen kotiutumista 15.11.–31.12.2010 välisenä aikana. Saatekirjeessä oli vanhemmille tietoa tutkimuksesta. Vanhemmat palauttivat kyselylomakkeet osastolla olleeseen suljettuun palautuslaatikkoon.

## 6.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimuksessa on käytetty pääosin kvantitatiivista lähestymistapaa tutkimusongelmiin, mutta tutkimus sisältää myös kvalitatiivisen osuuden. Käyttämällä molempia tutkimuksia rinnakkain saadaan luotettavampaa aineistoa. Kvalitatiivista osuutta käytetään tässä tutkimuksessa täsmentämään kvantitatiivista tutkimuksen osaa. (Kananen 2008, 10–11.)

Kvantitatiiviselle tutkimukselle on keskeistä tarkat mittausmenetelmät sekä rajattu aineisto, joka on kerätty edustavista väestöotoksista. Kvantitatiivinen tutkimus käsittelee tutkimusaineistoja tilastotieteellisin menetelmin oikeiden johtopäätösten tekemiseksi. Kvantitatiivinen tutkimusmenetelmä vastaa kysymykseen kuinka paljon tai miten usein. Edellä mainittujen lisäksi kvantitatiiviselle tutkimukselle ominaista on tiedon strukturointi, mittaaminen, mittarin käyttäminen, tutkimusprosessin ja tulosten objektiivisuus sekä suuri vastaajien määrä. (Tilastokeskus 2006 [viitattu 16.11.2010]; Vilka 2007, 13.)

Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä on käytetty kyselylomaketta (Liite 4), johon vanhemmat vastasivat sairaalassa synnytysvuodeosastolla synnytyksen jälkeen. Kyselylomake sisälsi sekamuotoisia ja monivalintakysymyksiä sekä avoimia kysymyksiä. Kyselytutkimuksessa aineistoa kerättiin standardoidusti ja tutkimukseen osallistuneet ensisynnyttäjät muodostivat otoksen koko vuoden ensisynnyttäjistä. Kyselytutkimuksen etuna on, että sen avulla voidaan kerätä laaja tutkimusaineisto, jonka käsittely on nopeaa ja analysointi voidaan tehdä tietokoneen avulla. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2001, 180–182.)

Kyselylomakkeen kvantitatiivinen osuus sisälsi strukturoituja monivalintakysymyksiä sekä sekamuotoisia kysymyksiä, joissa oli annettu osa vastausvaihtoehtoista ja yksi avoin kysymys. Näiden kysymysten avulla saatiin määrällistä tietoa havaintoaineistosta, jota analysoitiin tilastollisesti. Kvalitatiivinen osuus taas sisälsi avoimia kysymyksiä, jotka käsiteltiin sisällönanalyysin avulla.

Kyselylomake koostui viidestä osiosta. Ensimmäisessä osiossa (kysymykset 1-6) kartoitettiin vastaajien esitietoja. Kysymykset koskivat vastaajien ikää, parisuhdetilannetta, koulutusta ja kotikuntaa. Lisäksi selvitettiin vastaajien sekä lapsen isän tai äidin oman tukihenkilön osallistumista synnytysvalmennukseen tai tutustumiskäyntiin. Toisessa osiossa (kysymykset 7-8 ja 11–13) käsiteltiin vanhempien kokemuksia ja odotuksia synnytysvalmennuksesta/tutustumiskäynnistä. Kolmannessa osiossa (kysymys 9) kartoitettiin vanhempien saaman tiedon määrää koskien synnytystä ja neljännessä osiossa (kysymys 10) kartoitettiin vanhempien saaman tiedon määrää koskien synnytysvuodeosastoaikaa. Viidennessä kyselylomakkeen osiossa (kysymykset 14–15) käsiteltiin millaista tietoa vanhemmat olisivat kaivanneet ja millä keinoin esitettyä.

### 6.3 Aineiston analysointi

Kvantitatiivinen tutkimusaineisto käsiteltiin Tixel 8.48 – tilasto-ohjelman avulla. Tutkimusaineisto syötettiin ohjelmaan, jolla laskettiin prosenttiosuuksia. Saaduista vastauksista tehtiin taulukoita ja piirrettiin kuvioita. Tutkimusaineistosta saatujen vastausten, taulukoiden ja kuvioiden avulla saatiin vastauksia tutkimusongelmiin.

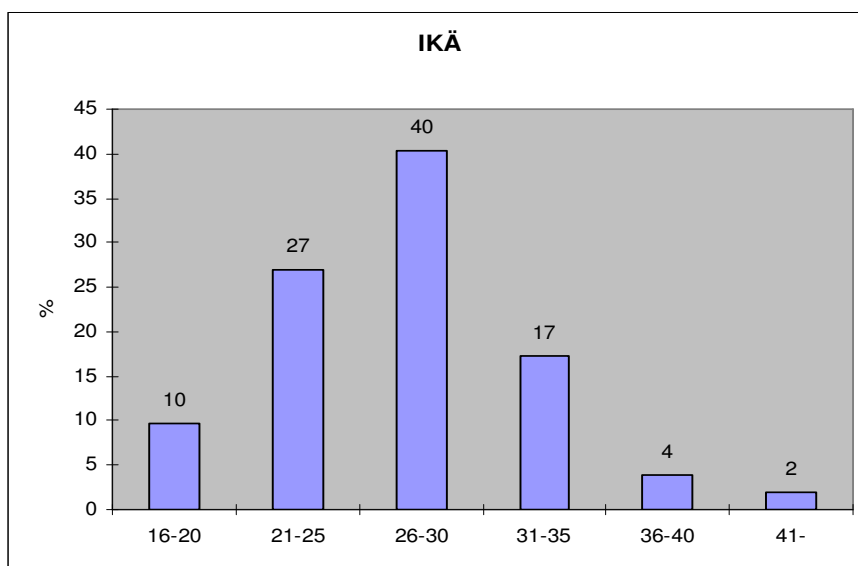
Avoimet kysymykset analysoitiin induktiivisella sisällönanalyysillä. Sisällönanalyysillä tarkoitetaan sanallista tekstin sisällön kuvaamista. Tällä menetelmällä pyritään muodostamaan tutkittavasta ilmiöstä tiivistetty kuvaus, kytkemään ilmiö laajempaan kontekstiin ja aihetta koskeviin muihin tutkimustuloksiin. Aineistolähtöisessä tutkimuksessa on kolme vaihetta: aineiston pelkistäminen, ryhmittely ja käsitteiden luominen. Induktiivinen sisällönanalyysi käynnistyi koodaamalla aineistosta ilmaisuja, jotka liittyivät tutkimusongelmaan. Tämän jälkeen pelkistetyt ilmaukset ryhmiteltiin yhteenkuuluvuuden mukaan ja ryhmät nimettiin niitä kuvaavilla käsitteillä, syntyivät alakategoriat. Alakategorioille luotiin taas niitä kuvaavia käsitteitä ja saatiin muodostettua yläkategoriat. Analyysiprosessi löytyy liitteestä 5. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006 [viitattu 10.1.2011].)

## 7 TUTKIMUKSEN TULOKSET

### 7.1 Vastaajien taustatiedot

Tutkimukseen osallistui yhteensä 52 ensisynnyttäjää eri puolilta Satakuntaa 15.11.–31.12.2010 välisenä aikana. Kyselylomakkeet jaettiin kaikille ensisynnyttäjille Satakunnan keskussairaalan synnytysvuodeosastolla synnytyksen jälkeen. Määrällisesti eniten tutkimukseen osallistuneita ensisynnyttäjiä oli Porista (n=20) ja Raumalta (n=13). Tutkimukseen vastanneista 54 % (n=28) osallistui tutustumiskäyntiin Satakunnan keskussairaalan synnytysosastoilla ja 46 % (n=24) synnytysvalmennukseen auditoriossa.

Tutkimukseen vastanneet olivat iältään 16 ikävuodesta yli 41 ikävuoteen. Enemmistö vastaajista kuului ikäryhmään 26–30 vuotta (n=21). Seuraavaksi suurin ikäryhmä oli 21–25-vuotiaat (n=14). Vähiten vastaajia oli yli 41-vuotiaiden ikäryhmässä. Kuviossa 1. on esitetty kyselyyn vastanneiden ikäjakaumat.

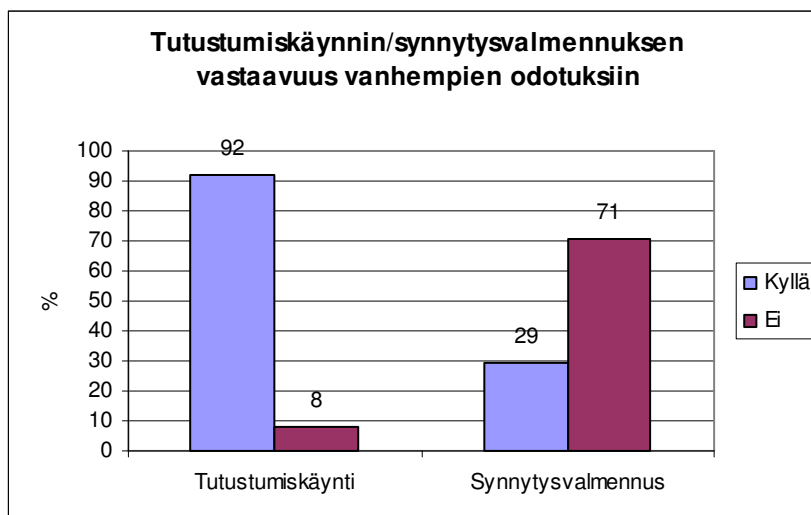


Kuvio 1. Ensisynnyttäjien ikäjakaumat (%) luokittain.

Kaikki tutkimukseen osallistuneet ensisynnyttäjät olivat parisuhteessa. Ensisynnyttäjistä 92 %:lla oli synnytysvalmennuksessa tai tutustumiskäynnillä mukana joko lapsen isä tai oma tukihenkilö. Ikäryhmästä 26–30-vuotiaat 50 % tuli synnytysvalmennukseen tai tutustumiskäynnille yksin. Asuinpaikalla ja matkan pituudella ei ollut suurta merkitystä siihen tuliko ensisynnyttaja yksin tai lapsen isän/tukihenkilön kanssa synnytysvalmennukseen tai synnytysosastojen tutustumiskäyntiin.

## 7.2 Vanhempien odotukset ja kokemukset synnytysvalmennuksesta ja tutustumiskäynnistä

Synnytysosastojen tutustumiskäyntiin osallistuneista 92 % koki tutustumiskäynnin vastanneen odotuksia kun taas 71 % auditoriossa järjestettyyn synnytysvalmennukseen osallistuneista koki, ettei synnytysvalmennus vastannut odotuksia kuten kuviossa 2 voidaan nähdä. Ensisynnyttäjien asuinpaikkojen välisessä vertailussa Sote-kuntalaiset olivat tyytymättömiä synnytysvalmennuksen toteutukseen kuin muut satakuntalaiset ensisynnyttäjät tutustumiskäyntiin. Jopa 70 % porilaisista ensisynnyttäjistä koki, että synnytysvalmennus ei ollut vastannut odotuksia. Sote-kuntien ulkopuolella asuvat satakuntalaiset ensisynnyttäjät, jotka osallistuivat synnytysosastojen tutustumiskäyntiin, olivat enimmäkseen tyytyväisiä, esimerkiksi 92 % raumalaisista koki odotusten täyttyneen.



Kuvio 2. Tutustumiskäynnin ja synnytysvalmennuksen vastaavuus vanhempien odotuksiin.

#### 7.2.1 Vanhempien kokemukset synnytysvalmennuksen toteutuksesta

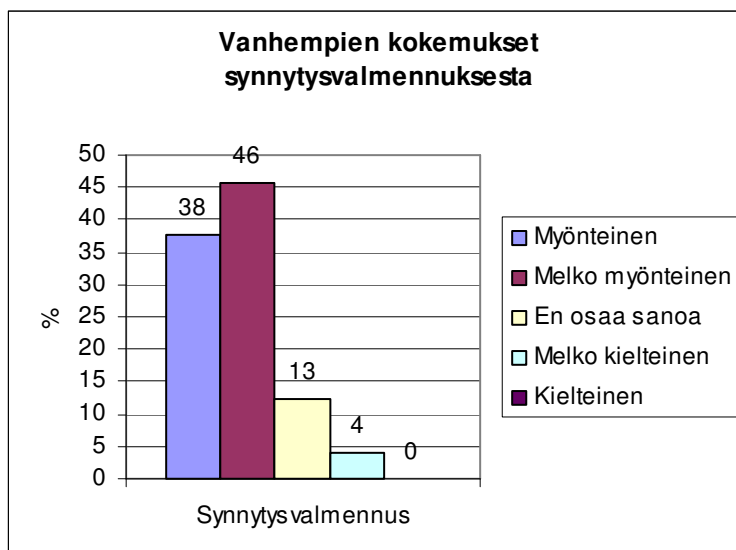
Synnytysvalmennukseen osallistuneista ensisynnyttäjistä 38 % koki synnytysvalmennuksen myönteiseksi ja 46 % melko myönteiseksi. Melko kielteisiä kokemuksia oli 4 %:lla synnytysvalmennukseen osallistuneista. Kielteisiä kokemuksia ei ollut kenelläkään (kuvio 3).

*”Ennakko-odotukset olivat alhaisemmat, koska olin kuullut moitteita valmennuksesta. Kokemus osoittautuikin positiiviseksi.”*

*”Kaikki tarvittavat asiat käsiteltiin ja kysymyksiin oli varattu hyvin aikaa.”*

*”Luennonpitäjät olivat erittäin mukavia ja ammattitaitoisia. Tilaisuus oli rento.”*





Kuvio 3. Vanhempien kokemukset synnytysvalmennuksesta.

Kyselyyn osallistuneet ensisynnyttäjät kokivat synnytysvalmennusryhmän liian suureksi. Suuri ryhmäkoko esti vanhempia kysymästä mieltä painavista asioista. Lisäksi odottavat äidit kokivat synnytysvalmennuksen liian pitkäksi ajaksi istua. Osa ensisynnyttäjistä taas olisi toivonut useampaa valmennuskertaa, jolloin asioita olisi voitu käsitellä laajemmin ja tehdä käytännön harjoituksia.

*”Luentoa parempi vaihtoehto voisi olla valmennusryhmä, jossa kerralla pienempi määrä osallistujia. Tämä ryhmä kokoontuisi muutamia kertoja...”*

*”...ehkä kaksi valmennuskertaa yhden sijaan olisi ollut enemmän parempi vaihtoehto.”*

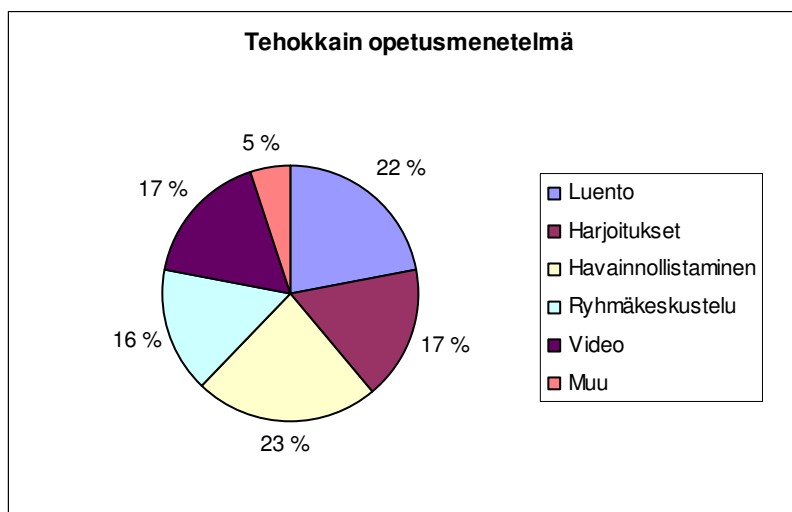
*”Luennon ensimmäinen tunti menee vielä mutta toinen on liian puuduttava olla paikoillaan odottaville äideille.”*

*”...liikaa tietoa, liian lyhyessä ajassa...”*

*”...valmennus pienemmälle porukalle...”*

Vanhemmat antoivat useamman vastauksen kysyttäessä tehokkainta opetusmenetelmää. Vastauksia kysymykseen saatiin yhteensä 82. Kyselyyn vastanneiden vanhempien mielestä tehokkaimpia opetusmenetelmiä synnytysvalmennukseen olisi havainnollistava esittäminen ja luento. Lisäksi videoiden esittäminen, erilaiset harjoitukset ja ryhmäkeskustelut saivat kannatusta. 5 % kaikista vastauksista ehdotti muuna ope-

tusmenetelmänä tutustumiskäyntiä synnytysosastoille ja synnytysvalmennuksen jakamista useampaan käyntikertaan (kuvio 4).



Kuvio 4. Ensisynnyttäjien mielestä tehokkaimmat opetusmenetelmät synnytysvalmennukseen.

Synnytysvalmennuksessa esitetty video äidin kolmannen lapsen synnytyksestä koettiin epärealistiseksi. Vanhemmat olisivat toivoneet näkevänsä haasteellisemmän ja mielellään ensisynnyttäjän kokeman synnytyksen. Osa vanhemmista koki valmennuksessa esitetyn videon epiduraalipuudutuksesta lähes pelottavaksi ja osa taas turhaksi. Vanhemmat pitivät luentomateriaalia kattavana ja jotkut olisivat toivoneet saavansa monistenipun kotiin luettavaksi.

Kyselyyn osallistuneista vanhemmista 15,4 % toivoi synnytysvalmennukselta käytännön harjoituksia ja tutustumiskäyntiä synnytysosastoille. Vanhemmat olisivat halunneet harjoitella mm. hengitystä, synnytysasentoja ja rentoutumismenetelmiä. Lisäksi vanhemmat kaipaivat käytännön esimerkkejä erilaisista synnytyksistä valmennukseen.

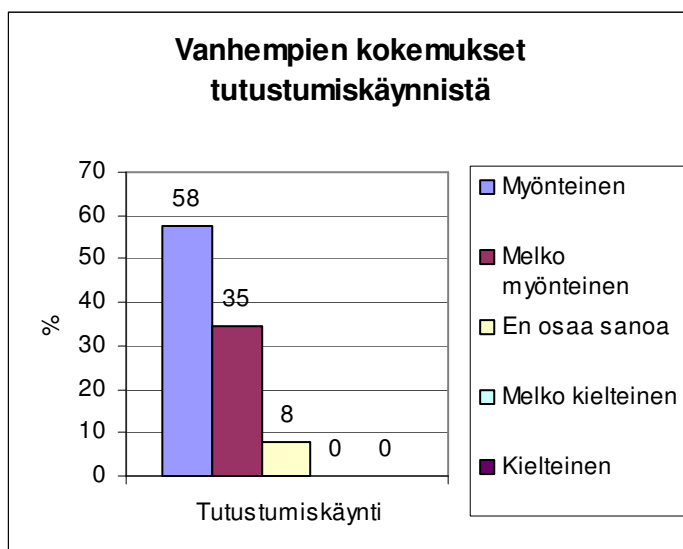
*”Kaipasin enemmän konkreettista harjoitusta sekä tuota tutustumiskierrosta.”*

*”Käytännössä olisi ollut mukava kokeilla esim. rentoutumista sekä synnytysasentoja yms.”*

Ensisynnyttäjien kuvailemat kokemukset sairaalan auditoriossa järjestetystä synnytysvalmennuksesta on esitetty liitteessä 4.

### 7.2.2 Vanhempien kokemukset tutustumiskäynnin toteutuksesta

Kyselyyn osallistuneista synnytysosastojen tutustumiskäynnillä olleista vanhemmista 58 %:lla kokemukset tutustumiskäynnistä olivat myönteisiä ja 35 %:lla melko myönteisiä. Vanhemmista 8 % ei osannut sanoa. Kielteisiä kokemuksia ei ollut kenelläkään (kuvio 5).



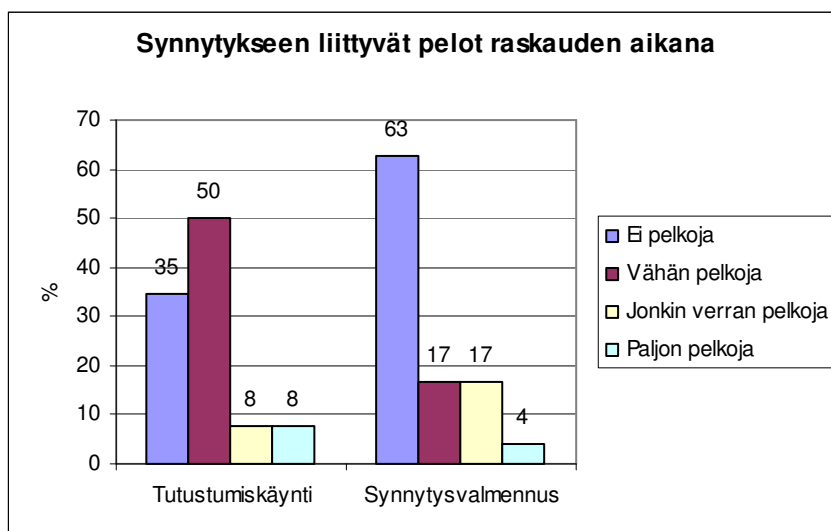
Kuvio 5. Vanhempien kokemukset tutustumiskäynnistä.

Tutustumiskäynnin toteutuksen erilaisuutta ja väljyyttä kuvaa hyvin seuraavat vanhempien kokemukset. Tutustumiskäyntiin osallistuneista vanhemmista osa olisi halunnut kuulla isän/tukihenkilön roolista synnytyksessä, osa taas koki, että asiaa oli jopa korostettu tutustumiskäynnillä. Samoin koettiin synnytyskipujen kohdalla. Osa vanhemmista koki, että asiasta ei puhuttu tarpeeksi, osa taas oli mielissään, että oli esitelty jopa sellaisia kivunlievityskeinoja, joita ei kaikkialla ole saatavilla. Vastavaa ei tullut esille synnytysvalmennukseen osallistuneiden vanhempien kohdalla.

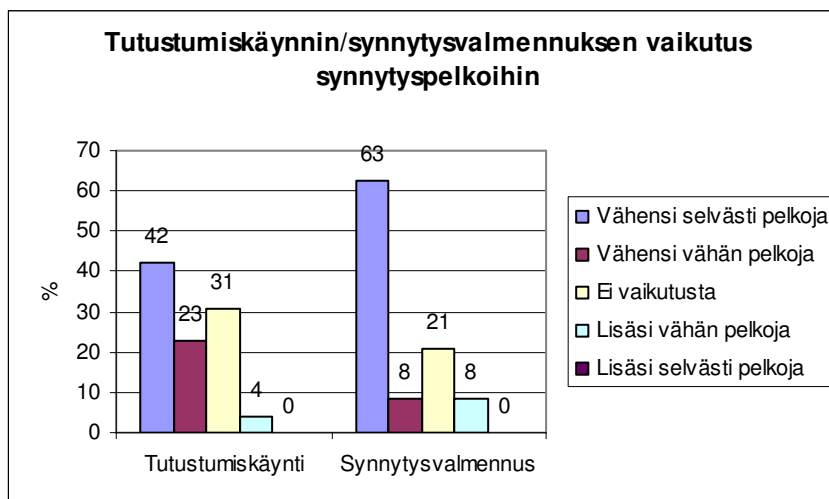
### 7.2.3 Toteutusten vaikutus ensisynnyttäjien kokemiin synnytyspelkoihin

Synnytysvalmennukseen osallistuneista ensisynnyttäjistä 17 % koki, että heillä oli vähän synnytykseen liittyviä pelkoja raskauden aikana. Lisäksi 17 %:lla oli jonkin verran pelkoja ja 4 %:lla oli paljon pelkoja, kuten kuviosta 6 voidaan nähdä. Synnytysvalmennus vähensi selvästi näitä pelkoja 63 %:lla vastanneista. Vanhemmista 21 % koki, että synnytysvalmennuksella ei ollut vaikutusta pelkoihin ja 8 % koki synnytysvalmennuksen lisänneen vähän pelkoja (kuvio 7).

Synnytysosastojen tutustumiskäyntiin osallistuneista 50 %:lla ensisynnyttäjistä oli vähän synnytykseen liittyviä pelkoja raskauden aikana. Lisäksi 8 % ensisynnyttäjistä oli jonkin verran pelkoja ja 8 %:lla oli paljon pelkoja (kuvio 6). Tutustumiskäynnillä oli selvästi vähentävä vaikutus 42 % ensisynnyttäjän pelkoihin. Vanhemmista 23 % koki tutustumiskäynnin vähentäneen vähän pelkoja ja 31 % koki, ettei tutustumiskäynnillä ollut vaikutusta pelkoihin. Ensisynnyttäjistä 4 %:lla tutustumiskäynti lisäsi vähän pelkoja (kuvio 7).



Kuvio 6. Tutustumiskäyntiin/synnytysvalmennukseen osallistuneiden ensisynnyttäjien raskauden aikaisten synnytyspelkojen määrä.



Kuvio 6. Tutustumiskäynnin ja synnytysvalmennuksen vaikutus ensisynnyttäjien kokemuksiin synnytykseen liittyviin pelkoihin raskauden aikana.

Ikäluokassa 21–25-vuotiaat oli eniten synnytykseen liittyviä pelkoja kuin muissa ikäryhmissä. 21–25-vuotiaista ensisynnyttäjistä 64 %:lla oli synnytykseen liittyviä pelkoja vähän ja 14 %:lla oli pelkoja paljon. Vähiten pelkoja oli ikäryhmällä 31–35-vuotiaat, joista 78 % ei kokenut synnytykseen liittyviä pelkoja lainkaan.

Enemmistöllä ensisynnyttäjistä raskauden aikaiset synnytyspelot liittyivät synnytyskipuihin ja siihen, ettei saa tarpeeksi kivunlievitystä. Lisäksi äidit pelkäsivät muun muassa välilihan repeytymistä, parantumista synnytyksen jälkeen, komplikaatioita ja vauvan kokoa. Odottavia äitejä jännitti myös synnytyksen kulku ja vauvan vointi sekä se, että meneekö kaikki hyvin ja että onko vauva terve. Äitejä mietitytti myös, että saavatko he ohjausta kun sitä tarvitsevat sekä millaista henkilökunta on.

### 7.3 Vanhempien kokemukset saamastaan tiedosta

Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksesta saatavan tiedon riittävyyteen vanhemmat olivat pääosin tyytyväisiä ja suuria eroja vanhempien tutustumiskäynniltä saamaan tiedon määrään ei syntynyt. Synnytysvalmennuksessa käyneet vanhemmat olivat tyytyväisiä synnytysvalmennuksen monipuolisiin aiheisiin. Tutustumiskäyntiin osallistuneiden vanhempien kokemukset tiedon määrästä olivat ristiriitai-

sempia kuin synnytysvalmennuksessa käyneiden. Tutustumiskäynnillä olleista vanhemmista osa oli saanut enemmän tietoutta kuin toiset samasta asiasta.

Synnytysvalmennukseen osallistui 24 ensisynnyttäjää ja heidän lapsensa isä/tukihenkilönsä. Ensisynnyttäjistä 75–96 % (n=18-23) koki saaneensa riittävästi tietoa synnytyksen alkamisesta ja sairaalaan lähtemisestä, normaalin synnytyksen etenemisestä, kivunlievityskeinoista, synnytyksen vaiheista sekä toimenpiteistä synnytyksen aikana. Lisäksi suurin osa vanhemmista oli tyytyväisiä saamaansa tietomäärään äidin ja vauvan vointien seurannasta synnytyksen aikana sekä isän/tukihenkilön roolista (taulukko 1).

Synnytysosastojen tutustumiskäyntiin osallistui 28 ensisynnyttäjää mukanaan lapsensa isä/tukihenkilö. Ensisynnyttäjistä 81–100 % (n=23-28) koki saaneensa riittävästi tietoa samoista asioista kuin synnytysvalmennuksessa käyneet vanhemmat. Tutustumiskäyntiin osallistuneet vanhemmat kokivat saaneen lisäksi riittävästi tietoa poikkeavasta synnytyksestä ja ensi-imetyksestä (taulukko 1).

Auditoriossa järjestettyyn synnytysvalmennukseen osallistuneista vanhemmista 63–75 % (n=15-18) koki saaneensa vähemmän tietoa ensi-imetyksestä ja rentoutusmenetelmistä synnytyksen avautumisvaiheen aikana kuin muista aiheista (taulukko 1). Poikkeavasta synnytyksestä ja vauvan mahdollisista synnytyksen jälkeisistä ongelmista ja niiden hoidosta saatuun tietomäärään 51–59 % (n=12-14) vanhemmista oli tyytymättömiä. Poikkeavista synnytyksistä vanhemmat olisivat enemmän kaivanneet tietoa perätilasynnytyksestä ja sektioista. Lisäksi vanhemmat toivoivat valmennuksessa kerrottavan synnytyksen käynnistyksestä.

Synnytysosastojen tutustumiskäyntiin osallistuneista vanhemmista 48–63 % (n=13-18) koki saaneensa vähiten tietoa rentoutusmenetelmistä synnytyksen avautumisvaiheen aikana sekä vauvan mahdollisista synnytyksen jälkeisistä ongelmista ja niiden hoidosta (taulukko 1). Vauvan mahdollisista synnytyksen jälkeisistä ongelmista ja niiden hoidosta vanhemmat olivat eniten eri mieltä tiedon riittävydestä kuin muista aiheista. Vanhemmat kokivat, että vauvan synnytyksen jälkeen mahdollisten ongelmien hoidosta ei juurikaan puhuttu.

Taulukko 1. Vanhempien kokemukset synnytysvalmennuksessa/tutustumiskäynnillä saadusta synnytykseen liittyvästä tiedon riittävydestä.

	<b>Synnytysvalmennus</b> (N=24)	<b>Tutustumiskäynti</b> (N=27)
<b>Synnytyksen alkaminen ja sairaalaan lähteminen</b>	46 % täysin samaa mieltä 50 % lähes samaa mieltä	48 % täysin samaa mieltä 52 % lähes samaa mieltä
<b>Aidin voinnin seuranta synnytyksen aikana</b>	25 % täysin samaa mieltä 50 % lähes samaa mieltä 13 % lähes eri mieltä 8 % täysin eri mieltä	33 % täysin samaa mieltä 48 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä
<b>Vauvan voinnin seuranta synnytyksen aikana</b>	29 % täysin samaa mieltä 50 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä	56 % täysin samaa mieltä 30 % lähes samaa mieltä 11 % lähes eri mieltä
<b>Normaalin synnytyksen eteneminen</b>	58 % täysin samaa mieltä 33 % lähes samaa mieltä	63 % täysin samaa mieltä 30 % lähes samaa mieltä 7 % lähes eri mieltä
<b>Toimenpiteet synnytyksen aikana</b>	33 % täysin samaa mieltä 58 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä	44 % täysin samaa mieltä 52 % lähes samaa mieltä
<b>Poikkeava synnytys</b>	21 % täysin samaa mieltä 38 % lähes samaa mieltä 33 % lähes eri mieltä	41 % täysin samaa mieltä 30 % lähes samaa mieltä 15 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä
<b>Synnytyksen eri vaiheet</b>	42 % täysin samaa mieltä 42 % lähes samaa mieltä 8 % lähes eri mieltä	44 % täysin samaa mieltä 41 % lähes samaa mieltä 7 % lähes eri mieltä
<b>Rentoutumismenetelmät synnytyksen avautumisvaiheen aikana</b>	42 % täysin samaa mieltä 21 % lähes samaa mieltä 21 % lähes eri mieltä 8 % täysin eri mieltä	37 % täysin samaa mieltä 26 % lähes samaa mieltä 15 % lähes eri mieltä
<b>Kivunlievityskkeinot</b>	63 % täysin samaa mieltä 29 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä	67 % täysin samaa mieltä 22 % lähes samaa mieltä 7 % lähes eri mieltä
<b>Isän/tukihenkilön rooli</b>	46 % täysin samaa mieltä 38 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä 8 % täysin eri mieltä	48 % täysin samaa mieltä 37 % lähes samaa mieltä 4 % täysin eri mieltä
<b>Ensi-imetus</b>	46 % täysin samaa mieltä 29 % lähes samaa mieltä 21 % lähes eri mieltä	37 % täysin samaa mieltä 30 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä 7 % täysin eri mieltä
<b>Mitä tehdään ja mitä tapahtuu, jos vauvalla on ongelmia synnytyksen jälkeen</b>	13 % täysin samaa mieltä 38 % lähes samaa mieltä 33 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä	26 % täysin samaa mieltä 22 % lähes samaa mieltä 19 % lähes eri mieltä 11 % täysin eri mieltä

Synnytysvalmennukseen osallistuneista vanhemmista 79–96 % (n=19-23) koki saaneensa sairaalassa oloaikaan liittyvistä seuraavista aiheista riittävästi tietoa: imetyksen edut äidille ja vauvalle sekä vanhemmuuden ensihetket (taulukko 2). Lisäksi suurin osa vanhemmista oli tyytyväisiä imetyksen ensipäivistä, ensipäivistä vauvan kanssa, äidin tavallisimmista ongelmista synnytyksen jälkeen, isän osallistumisesta

vauvan hoitoon sekä vauvatahtisen imetyksen merkityksestä. Vanhemmista 62–75 % (n=15-18) oli tyytyväisiä myös sairaala-ajasta, vierailukäytännöistä ja osastolla tapahtuvasta ohjauksesta saatuun tietomäärään vaikka osa vanhemmista kertoi itse joutuneensa hakemaan aiheesta tietoa.

Synnytysvalmennukseen osallistuneista vanhemmista 29 % (n=7) koki saaneensa vähiten tietoa aiheesta äidin synnytyksen jälkeen ilmenevien tavallisimpien ongelmien hoito synnytysvuodeosastolla (taulukko 2). Kyselyyn vastanneista synnytysvalmennukseen osallistuneista äideistä 4 % ei ollut osannut odottaa synnytyksen jälkeisiä mielialanmuutoksia ja he kokivat, ettei asiaa ollut käsitelty synnytysvalmennuksessa riittävästi.

Sairaalan synnytysosastojen tutustumiskäyntiin osallistuneista vanhemmista 74–89 % (n=21-25) koki saaneensa riittävästi tietoa sairaalassa oloaikaan liittyvistä seuraavista aiheista: sairaala-aika, vierailukäytännöt ja osastolla tapahtuva ohjaus, vanhemmuuden ensiherket, imetyksen edut äidille ja vauvalle sekä isän osallistuminen vauvan hoitoon (taulukko 2). Vanhemmista 67–74 % (n=19-21) oli myös tyytyväisiä ensipäivistä vauvan kanssa sairaalassa, imetyksen ensipäivistä sekä vauvatahtisen imetyksen merkityksestä saatuun tietomäärään.

Tutustumiskäyntiin osallistuneista vanhemmista reilu neljännes koki saaneensa aiheesta äidin tavallisimmat ongelmat synnytyksen jälkeen vain vähän tietoa (taulukko 2). Lisäksi äidin synnytyksen jälkeen ilmenevien tavallisimpien ongelmien hoito synnytysvuodeosastolla –aiheesta vanhemmat kokivat saaneensa vähiten tietoa tutustumiskäynnillä samoin kuin synnytysvalmennuksessa käyneet vanhemmat. Edellä mainitun aiheen lisäksi ensisynnyttäjät olisivat halunneet kuulla synnytyksestä toipumisesta.



Taulukko 2. Vanhempien kokemukset synnytysvalmennuksessa/tutustumiskäynnillä saadusta sairaala-aikaan liittyvästä tiedon riittävyydestä.

	<b>Synnytysvalmennus</b> (N=24)	<b>Tutustumiskäynti</b> (N=27)
<b>Sairaala-aika, vierailukäytännöt, osastolla tapahtuva ohjaus</b>	29 % täysin samaa mieltä 46 % lähes samaa mieltä 21 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä	37 % täysin samaa mieltä 52 % lähes samaa mieltä 7 % lähes eri mieltä
<b>Äidin tavallisimmat ongelmat synnytyksen jälkeen</b>	33 % täysin samaa mieltä 38 % lähes samaa mieltä 13 % lähes eri mieltä 8 % täysin eri mieltä	26 % täysin samaa mieltä 33 % lähes samaa mieltä 22 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä
<b>Äidin synnytyksen jälkeen ilmenevien tavallimpien ongelmien hoito synnytysvuodeosastolla</b>	17 % täysin samaa mieltä 33 % lähes samaa mieltä 25 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä	15 % täysin samaa mieltä 30 % lähes samaa mieltä 11 % lähes eri mieltä 11 % täysin eri mieltä
<b>Ensipäivät vauvan kanssa sairaalassa</b>	33 % täysin samaa mieltä 42 % lähes samaa mieltä 17 % lähes eri mieltä	19 % täysin samaa mieltä 52 % lähes samaa mieltä 19 % lähes eri mieltä
<b>Imetyksen ensipäivät</b>	38 % täysin samaa mieltä 33 % lähes samaa mieltä 21 % lähes eri mieltä	30 % täysin samaa mieltä 37 % lähes samaa mieltä 11 % lähes eri mieltä 7 % täysin eri mieltä
<b>Imetyksen edut äidille</b>	58 % täysin samaa mieltä 33 % lähes samaa mieltä 8 % lähes eri mieltä	37 % täysin samaa mieltä 37 % lähes samaa mieltä 11 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä
<b>Imetyksen edut vauvalle</b>	58 % täysin samaa mieltä 38 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä	48 % täysin samaa mieltä 37 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä
<b>Vanhemmuuden ensi- hetket</b>	25 % täysin samaa mieltä 54 % lähes samaa mieltä	26 % täysin samaa mieltä 52 % lähes samaa mieltä 4 % lähes eri mieltä
<b>Vauvatahtisen imetyksen merkitys</b>	33 % täysin samaa mieltä 29 % lähes samaa mieltä 8 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä	41 % täysin samaa mieltä 26 % lähes samaa mieltä 11 % lähes eri mieltä 11 % täysin eri mieltä
<b>Isän osallistuminen vauvan hoitoon</b>	42 % täysin samaa mieltä 25 % lähes samaa mieltä 13 % lähes eri mieltä 4 % täysin eri mieltä	33 % täysin samaa mieltä 41 % lähes samaa mieltä 11 % lähes eri mieltä

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata ensisynnyttäjien kokemuksia Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksesta ja synnytysosastojen tutustumiskäynnistä. Lisäksi tutkimuksella pyrittiin kuvaamaan vanhempien synnytysvalmennuksessa ja tutustumiskäynnillä saadun tiedon riittävyyttä. Tutkimuksessa verrattiin synnytysval-

mennukseen osallistuneiden ensisynnyttäjien kokemuksia tutustumiskäyntiin osallistuneiden vanhempien kokemuksiin. Vastauksia tutkimusongelmiin saatiin paljon runsaan aineiston ansiosta.

Vuonna 2009 suomalaisten synnyttäjien keski-ikä oli 30,1 vuotta. Samana vuonna Satakunnan keskussairaalassa hoidettiin 2100 synnytystä, joista 42,5 % oli ensisynnytyksiä. Kaikista synnyttäjistä suurimman ikäluokan muodostivat 25–29-vuotiaat synnyttäjät (34,8 %). Tähän tutkimukseen osallistui 52 Satakunnan keskussairaalassa hoidossa ollutta ensisynnyttäjää. Suurimman ikäryhmän muodostivat 26–30-vuotiaat ensisynnyttäjät. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2010 [viitattu 14.2.2011].)

Ensisynnyttäjät olivat enimmäkseen tyytyväisiä synnytysvalmennuksen toteutukseen vaikka 71 % oli kokenut, ettei synnytysvalmennus ollut vastannut odotuksia. Moni vanhemmista oli odottanut tutustumiskäyntiä synnytysosastoille ja synnytykseen liittyvien asioiden sekä laajempaa että tarkempaa käsittelyä. Tämän hetkisellä valmennukseen varatulla ajalla ja resursseilla ei ole mahdollisuutta asioiden laajempaan käsittelyyn. Onneksi vanhemmilla on mahdollisuus keskustella mieltä vaivaavista asioista myös äitiysneuvolassa. Isoissa muutoksissa tulee aina vastarintaa. Vanhempien toiveista päästä tutustumaan synnytysvuodeosastolle, tulee mieleen, että ovatko he ymmärtäneet täysin syyn miksi tutustumiskäyntejä ei enää järjestetä. Vanhemmat eivät vielä ole tottuneet uuteen synnytysvalmennustoteutukseen ja siksi heidän odotuksensa eivät vastaa todellisuutta.

Synnytysvalmennusta pidettiin rentona. Eniten vanhemmilta tuli palautetta synnytysvalmennuksen suuresta ryhmäkoosta. Valmennusryhmät koettiin liian suuriksi ja kynnys kysyä mieltä vaivaavista asioista oli iso. Myös Haapion (2006) sairaalan synnytysvalmennusta koskevassa tutkimuksessa kielteiseksi koettiin ujous ja kynnys kysyä vaikka valmennusryhmään osallistui vain kuusi pariskuntaa. Moni tutkimukseen vastannut ehdotti valmennusryhmän koon pienentämistä ja valmennuksen jakamista vähintään kahteen käyntikertaan. Synnytysvalmennusryhmät eivät ainakaan pienene kun muutkin satakuntalaiset ensisynnyttäjät osallistuvat valmennukseen ellei valmennuksia aleta järjestämään useammin. Jos synnytysvalmennus jaetaan vielä kahteen käyntikertaan, täytyy synnytysvalmennuksia alkaa järjestämään vähintään kerran viikossa. Tämä taas vaatii lisää resursseja.

Mielekkäimpänä opetusmenetelmänä vanhemmat pitäisivät havainnollistavaa esittämistä. Myös luentoa pidettiin hyvänä opetusmenetelmänä toisin kuin Raitasen (2001) tutkimuksessa. Osa ensisynnyttäjistä toivoi erilaisia käytännön harjoituksia synnytysvalmennukseen, kuten esimerkiksi rentoutusmenetelmien, hengityksen ja synnytysasentojen harjoittelua. Vanhemmat toivoivat myös kuulevansa käytännön esimerkkejä synnytyksistä. Synnytysvalmennuksessa esitetty video kolmannen lapsen synnytyksestä koettiin liian helpoksi synnytykseksi ja vanhemmat olisivat toivoneet näkevänsä ensisynnyttäjän synnytyksen. Epiduraalipuudutuksen laittamista esittävän videon osa koki lähes pelottavaksi.

Vanhemmat pitivät synnytysvalmennuksessa käytettyä luentomateriaalia hyvänä ja osa olisikin toivonut vastaavaa monistenippua kotiin luettavaksi. Synnytysvalmennuksessa tulee esille sairaalan synnytysosastojen internet-sivut, jotka sisältävät samat asiat kuin synnytysvalmennuksessa ollut luentomateriaali. Internet-sivujen olemassa oloa tulisi valmennuksessa painottaa lisää, jotta vanhemmat käyttäisivät niitä.

Synnytysvalmennuksella ja tutustumiskäynnillä oli synnytykseen liittyviin pelkoihin vähentävä vaikutus. Synnytysvalmennuksella koettiin olevan enemmän selvästi vaikutusta pelkojen vähenemiseen kuin tutustumiskäynnillä. Odottavien äitien synnytyspelot liittyivät mm. kipuihin, välilihan repeämiseen, komplikaatioihin, vauvan koon ja vointiin, synnytyksen kulkuun sekä siihen, että saavatko he ohjausta sitä tarvitessaan. Tutkimuksen tulosten mukaan vanhemmat kokivat saaneensa synnytysvalmennuksessa riittävästi tietoa synnytyksen eri vaiheista, kivunlievityksestä, normaalin synnytyksen vaiheista sekä vauvan voinnin seurannasta ja toimenpiteistä synnytyksen aikana. Tällä on ollut pelkoihin vähentävä vaikutus. Synnytysvalmennuksen toteutuksessa tulisi kuitenkin kiinnittää huomiota myös aiheisiin poikkeava synnytys, äidin voinnin seuranta synnytyksen aikana sekä vauvan mahdolliset ongelmat synnytyksen jälkeen ja niiden hoito. Kyseiset aiheet pelottavat vanhempia ja niiden käsittelyllä synnytysvalmennuksessa voisi olla pelkoja vähentävä vaikutus.

Synnytysvalmennukseen osallistuneet vanhemmat olivat enimmäkseen tyytyväisiä monipuolisiin aiheisiin ja tiedon saannissa ei ollut yhtä paljon ristiriitaisuutta kuten tutustumiskäynnillä. Tämä johtunee siitä, että synnytysvalmennukseen on luotu tiivis

runko, jonka kaikki ohjaajat käyvät samalla tavalla läpi. Tutustumiskäynnin aiheet taas vaihtelevat enemmän vanhempien mielenkiinnon mukaan.

Synnytysvalmennukseen osallistuneet vanhemmat kokivat saaneensa riittävästi tietoa imetyksen eduista äidille ja vauvalle kun taas ensi-imetyksestä, imetyksen ensipäivistä ja vauvatahtisen imetyksen merkityksestä jopa reilu viidennes vastanneista koki saaneensa tietoa vähäisesti. Synnytysvalmennuksessa imetysasiat tulevat kuitenkin paremmin esille tutustumiskäyntiin verrattuna. Satakunnan keskussairaalassa noudatetaan WHO:n vauvamyönteisyysohjelmaa ja siksi synnytysvalmennuksessa on pyritty korostamaan imetyksen merkitystä. Synnytysvalmennuksessa on enemmän painotettu imetyksen etuja kuin muita imetykseen liittyviä aihealueita. Synnytysvalmennukseen varattu aika rajaa paljon aiheiden laajuutta. Vanhemmat ovat enemmän kiinnostuneita synnytysvalmennuksessa synnytyksestä, joten sille on varattu enemmän aikaa. Imetys on Sosiaali- ja terveysministeriön (2007) suosituksen mukaan monien satakuntalaisten kuntien tai kuntayhtymien äitiysneuvoloiden perhevalmennuksen yhtenä osa-alueena, jolloin sen käsittelyyn on varattu enemmän aikaa.

Noin neljännes koki saaneensa vähäisesti tietoa myös äidin voinnin seurannasta synnytyksen aikana, isän/tukihenkilön roolista synnytyksessä sekä äidin tavallisimmista ongelmista synnytyksen jälkeen. Lisäksi ensipäivät vauvan kanssa sairaalassa ja isän osallistuminen vauvan hoitoon aiheina olivat vähemmän esillä synnytysvalmennuksessa.

Jopa kolmannes vanhemmista olisi toivonut saavansa enemmän tietoa synnytysvalmennuksessa poikkeavasta synnytyksestä, etenkin esille nousi sektio ja perätilasyntyys. Jo Kiven (1996) ja Raitasen (2001) tutkimuksissa on tullut esille, että vanhemmat kaipaavat tietoa poikkeavasta synnytyksestä synnytysvalmennuksessa. Lisäksi vanhempia olisi kiinnostanut enemmänkin rentoutusmenetelmät synnytyksen avautumisvaiheen aikana ja niitä toivottiin jopa harjoiteltavan synnytysvalmennuksessa. Vauvan synnytyksen jälkeen mahdollisten ongelmien hoidosta ei vanhempien mielestä juurikaan puhuttu. Sairaala-aikaan, vierailukäytäntöihin ja osastolla tapahtuvaan ohjaukseen liittyvistä asioista vanhemmat kokivat saaneensa vain vähän tietoa kun taas tutustumiskäynnillä asiat olivat tulleet paremmin esille. Äidin synnytyksen jälkeen ilmenevien tavallisimpien ongelmien hoidosta vanhemmat olisivat kaivan-

neet enemmän tietoa. Jotkut äideistä eivät olleet osanneet varautua synnytyksen jälkeen tuleviin mielialanmuutoksiin.

Synnytysvalmennuksessa ja tutustumiskäynnillä vanhemmat ovat saaneet kattavasti tietoa synnytykseen ja synnytyksen jälkeiseen aikaan liittyvistä aiheista. Suuria eroja synnytysvalmennuksessa ja tutustumiskäynnillä saatavassa tietomäärässä ei ole. Pienet erot asioiden käsittelyn määrässä johtunee synnytysvalmennuksen ja tutustumiskäynnin toteutusten erilaisuudesta.

Kummassakaan toteutuksessa mikään asia ei ole jäänyt täysin käsittelemättä. Yleisesti ajatellen kaikki asiat ovat olleet esillä hyvin tai kiitettävästi. Synnytysvalmennuksessa vanhemmat olisivat toivoneet joistakin asioista puhuttavan enemmän, esimerkiksi poikkeavasta synnytyksestä, mikä tuntuu jännittävän ja aiheuttavan pelkoja monille odottaville äideille. Kysyttäessä synnytykseen liittyvien aiheiden tietouden riittävyyttä, 51–96 % vanhemmista on vastannut jokaisen aiheen kohdalla olevansa tiedon riittävyydestä samaa tai lähes samaa mieltä. Erityisen hyvin on käsitelty synnytyksen alkaminen ja sairaalaan lähteminen, normaalin synnytyksen eteneminen ja toimenpiteet synnytyksen aikana sekä kivunlievityskäytännöt. Synnytysvuodeosastoajasta hyvin on tullut esille imetyksen edut äidille ja vauvalle sekä vanhemmuuden ensiherket. Eniten vanhemmat olivat eri mieltä tiedon riittävyydestä seuraavien aiheiden kohdalla: poikkeava synnytys, rentoutusmenetelmät sekä vauvan mahdolliset ongelmat synnytyksen jälkeen ja niiden hoito.

Tutkimustulosten perusteella Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennusta voisi kehittää seuraavilla tavoilla

1. Synnytysvalmennusta pitäisi järjestää useammin kuin kerran kuussa, jolloin ryhmäkoot pienenisivät. Tämä tulee varmasti ajankohtaiseksi keväällä 2011 kun synnytysvalmennusta tullaan tarjoamaan kaikille satakuntalaisille ensisynnyttäjille.
2. Synnytysvalmennuksen jakaminen kahteen käyntikertaan mahdollistaisi asioiden tarkemman käsittelyn.
3. Luento- ja harjoitustunteja voisi lisätä havainnollistavaa esittämistä, esimerkiksi näyttämällä erilaisia rentoutumisasentoja, hengitystapoja, synnytysasentoja tai välineitä.
4. Synnytysvalmennuksessa pitäisi olla enemmän tietoa aiheista:

- a. poikkeava synnytys
  - b. rentoutumismenetelmät avautumisvaiheen aikana
  - c. vauvan mahdolliset ongelmat synnytyksen jälkeen ja niiden hoito
  - d. äidin synnytyksen jälkeen mahdollisesti ilmenevät ongelmat ja niiden hoito synnytysvuodeosastolla
  - e. sairaala-aika, vierailukäytännöt ja osastolla tapahtuva ohjaus
5. Synnytysvalmennukseen voisi yrittää kuvata videon ensisynnyttäjän synnytyksestä.
  6. Rentoutumismenetelmistä, hengittämisestä ja synnytysasennoista voisi jakaa kirjallista materiaalia vanhemmille. Näitä he voisivat harjoitella kotona, sillä sairaalassa harjoitusten tekemiseen ei ole auditoriossa mahdollisuutta.

## 8.1 Jatkotutkimusaiheita

Tämän tutkimuksen jälkeen muutaman vuoden kuluttua olisi mielenkiintoista tietää miten mahdollisesti tehdyt muutokset synnytysvalmennuksen toteutukseen ovat vaikuttaneet vanhempien odotuksiin ja kokemuksiin valmennuksesta. Lisäksi olisi mielenkiintoista nähdä ovatko vanhemmat tottuneet siihen, etteivät pääse tutustumiskäynnille synnytysosastoille ja miten se vaikuttaa heidän odotuksiinsa.

Tässä tutkimuksessa ei kysytty synnytysvalmennuksen ajankohdan sopivuutta. Tutkimuksen tulosten mukaan 50 % raumalaisista tutustumiskäyntiin osallistuvista vanhemmista tulee yksin. Syynä tähän lieenee tutustumiskäyntien aikainen ajankohta. Tutustumiskäynnit järjestetään 1,5 tuntia aikaisemmin kuin synnytysvalmennus. Mielenkiintoista olisi tietää tutustumiskäyntien loputtua osallistuuko kauempaa tulevien ensisynnyttäjien lapsen isä/tukihenkilö synnytysvalmennukseen useammin kuin tutustumiskäyntiin vai onko synnytysvalmennuksenkin ajankohta huono kauempaa tuleville.

Tämän tutkimuksen pohjalta voisi fysioterapeutti-, sairaan- tai terveydenhoitaja- tai kättilöopiskelija tehdä projektimuotoisena työnä kuvallisen oppaan vanhemmille eri rentoutumismenetelmistä synnytyksen avautumisvaiheen aikana, hengitysmenetelmistä ja synnytysasennoista, joita vanhemmat voisivat kotona harjoitella. Opasta voi-

si jakaa synnytysvalmennuksessa sitä haluaville vanhemmille. Kuvat voisi yrittää kuvata esim. synnytysosastolla, jolloin synnytyspaikka tulisi kuvien kautta tutuksi, kun tutustumiskäynnille ei ole enää mahdollista päästä.

## 8.2 Tutkimustulosten luotettavuus

Tutkimuksella pyritään saamaan mahdollisimman luotettavaa ja totuudenmukaista tietoa. Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa käytetään termejä validiteetti ja reliabiliteetti. Tutkimuksen validius ja reliabilius muodostavat yhdessä tutkimuksen kokonaisluotettavuuden. Kokonaisluotettavuutta pidetään hyvänä kun tutkimuksessa käytetty otos on edustanut perusjoukkoa ja mittaamisessa on ollut mahdollisimman vähän satunnaisvirheitä. Kokonaisluotettavuus voidaan arvioida uusimalla mittaus. (Kananen 2008, 79; Vilkkä 2007, 152.)

Validiteetilla tarkoitetaan tutkimuksen kykyä mitata oikeita asioita tutkimusongelman kannalta. Validiutta arvioitaessa tarkastellaan sitä, miten tutkija on kyennyt siirtämään tutkimuksessa käytetyn teorian käsitteet ja ajatuskokonaisuuden mittariin. Lisäksi arvioidaan miten mittarin kysymysten ja vastausvaihtoehtojen sisältö ja muotoilu on onnistunut sekä onko valittu asteikko toimiva ratkaisu. Validiteetin arviointiin liittyy myös mittarin epätarkkuuksien tarkastelu. (Kananen 2008, 79; Vilkkä 2007, 150–151.)

Tutkimuksen validiteetti on hyvä, sillä kaikkiin tutkimusongelmiin saatiin vastaus mittarin avulla. Mittarissa käytössä olleet vastausvaihtoehdot olivat sopivat. Kysymysten muotoilussa olisi voinut käyttää vielä lisää harkintaa; kaikkia kysymyksiä ei välttämättä ollut ymmärretty oikein vaikka asioita oli pyritty selventämään. Mittarissa käytetty kysymys tehokkaimmasta opetusmenetelmästä synnytysvalmennuksessa ja sen vastausvaihtoehdot on saattanut olla provosoiva. Tuloksia tarkastellessa heräsikin kysymys siitä, että olisivatko vanhemmat osanneet toivoa esimerkiksi havainnollistavaa esittämistä tai erilaisia harjoituksia synnytysvalmennukseen jos vastausvaihtoehtoja ei olisi ollut.

Reliabiliteetilla tarkoitetaan saatujen tulosten toistettavuutta eli pysyvyyttä. Tutkimus on luotettava ja tarkka, kun toistettaessa tutkimus samalla mittarilla saadaan täsmälleen sama tulos aikaan riippumatta tutkijasta. Tutkimuksen reliabiliteettia arvioitaessa tarkastellaan mittaukseen liittyviä asioita ja tarkkuutta tutkimuksen toteutuksessa. Tarkkuudella tarkoitetaan tutkimuksen satunnaisvirheettömyyttä. Arvioitaessa reliabiliteettia kiinnitetään huomiota otoksen edustavuuteen perusjoukosta, vastausprosenttiin sekä mittarin kykyyn mitata tutkittavia asioita kattavasti. Lisäksi tarkastellaan miten huolellisesti havaintoyksikköjen kaikkia muuttujia koskevat tiedot on syötetty. (Kananen 2008, 79; Vilka 2007, 149–150.)

Tutkimuksen tulokset ovat toistettavissa. Tähän tutkimukseen osallistui niin iso joukko, että vanhempien antamat vastaukset alkoivat toistua. Tutkimukseen osallistuneet ensisynnyttäjät ovat sopiva otos perusjoukosta. Tutkimuksessa käytetty mittari mittasi asioita monesta eri näkökulmasta ja kerätty aineisto saatiin syötettyä tarkasti.

Valitut mittarit ja menetelmät eivät aina vastaa todellisuutta. Esimerkiksi kyselylomakkeisiin vastaajat ovat voineet käsittää monet kysymykset eri tavalla kuin tutkija on ajatellut. Tutkimuksessa käytetty kieli asettaa omat vaatimuksensa. Kysymyksissä käytetty kieli tulee olla yksiselitteistä ja ymmärrettävää sekä sellaista, että kaikki tutkimukseen osallistuvat ymmärtävät kysymykset samalla tavalla. Tämän tutkimuksen mittaria laadittaessa kysymykset pyrittiin pitämään yksinkertaisina, lyhyinä sekä helposti ymmärrettävinä. Tästäkin huolimatta muutama äiti oli vastannut kyselylomakkeeseen oman synnytyskokemuksen perusteella eikä synnytysvalmennuksen tai tutustumiskäynnin kokemusten perusteella. (Hirsjärvi ym. 2001, 213–214; Kananen 2008, 83.)

Vilkan (2007, 153) mukaan tutkimuksen kokonaisluotettavuutta voidaan lisätä esimerkiksi kollegoilta, ohjaajilta, vertaisryhmältä tai aihealueen asiantuntijoilta saatujen kommenttien avulla. Kommenttien avulla vähennetään myös tutkimuksen virheitä. Tämän tutkimuksen luotettavuutta lisättiin lisäämällä kyselylomakkeen oheen lisäohjeistus sairaalan tutustumiskäyntiin osallistuneille vanhemmille (kts. Liite 3). Lisäohjeistuksessa neuvottiin vanhempia vastaamaan kaikkiin kysymyksiin tutustumiskäynnillä saadun kokemuksen perusteella. Päätös lisätä lisäohjeistus kyselylomakkeen oheen tuli synnytysvuodeosaston henkilökunnan kommenttien perusteella.



Lisäohjeistuksesta oli hyötyä tutkimuksen luotettavuuden kannalta. Tutkimuksen luotettavuutta on lisännyt myös synnytysvalmennusta ohjaavan ryhmän kommentit sekä ohjaavan opettajan ja opiskelukavereiden huomautukset.

### 8.3 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuksen luotettavuuden ja tulosten uskottavuuden edellytyksenä on, että tutkimus on suoritettu hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu tieteessä tunnistettujen ja eettisesti kestävien tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmien käyttäminen, rehellisesti toimiminen sekä yleisen huolellisuuden ja tarkkuuden vaaliminen tutkimustyössä. Lisäksi hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu ihmisarvon kunnioittaminen ja tutkittavien anonymiteetin suojeleminen sekä tutkijan kiinnostus tutkimukseen. (Hirsjärvi ym. 2001, 26–27; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2010 [viitattu 16.2.2011].)

Tässä opinnäytetyössä noudatettiin tutkimuseettisiä periaatteita, mm. aiheen valinta oli eettinen ratkaisu, kyselylomake laadittiin vastaajia kunnioittaen ja tutkimustyössä on vältetty epärehellisyyttä. Tutkimuksen aihe saatiin Satakunnan kätilyyhdistyksen puheenjohtajalta. Tutkimus on tehty synnytysvalmennuksen kehittämistyötä varten ja on siksi merkittävä.

Kyselylomakkeen ohessa on vanhemmille annettu saatekirje, jossa on selvitetty tutkimuksen tarkoitus, tutkimukseen osallistumisen vapaaehtoisuus ja vastaajien anonymiteetin säilyttäminen. Kyselylomakkeiden tiedot ja aineisto on esitetty tutkimuksessa niin, ettei tutkittujen henkilöllisyyttä voida tunnistaa. Kyselylomakkeessa on käytetty koodeja, joten vastaajien henkilöllisyys ei ole ollut edes tutkijan tiedossa tutkimuksen aikana. Kyselylomakkeen kysymykset on laadittu vastaajia kunnioittaen ja siten, että ne olisivat maallikon ymmärrettävissä. Tutkimusaineisto on käsitelty luottamuksellisesti ja säilytetty asianmukaisesti. Raportin valmistuttua tutkimusaineisto hävitetään.

#### 8.4 Tutkimustulosten hyödynnettävyys

Tämän tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää ennen kaikkea Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksen kehittämiseen. Tutkimuksen tulokset kertovat vanhempien tiedontarpeesta ja odotuksista synnytysvalmennukselta. Lisäksi tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää myös muiden sairaaloiden ja neuvoloiden synnytysvalmennuksen kehittämistyössä ja opinnäytetöiden taustatietoina.

## LÄHTEET

Haapio, S., Koski, K., Koski, P. & Paavilainen R. 2009. Perhevalmennus. Helsinki. Edita.

Haapio, S. 2006. Synnytysvalmennus sairaalassa. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu-tutkielma.

Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri 2010. Synnytykset [viitattu 8.2.2011]. Saatavilla

<http://www.hus.fi/default.asp?path=1,28,2052,11786,14487,13344,13351,21463>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2001. Tutki ja kirjoita. 6.-7.painos. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy.

Kananen, J. 2008. Kvantti. Kvantitatiivinen tutkimus alusta loppuun. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 89. Jyväskylä. Jyväskylän yliopistopaino.

Keski-Satakunnan terveydenhuollon kuntayhtymä 2010. Äitiys- ja lastenneuvolat [viitattu 14.2.2011]. Saatavilla

<http://www.ksthky.fi/avohoidonpalvelut/neuvolat/aitiys-jalastenneuvolat>

Kivi, S. 1996. Ensisynnyttäjän synnytysvalmennukseen liittyvät odotukset ja kokemukset. Porin terveydenhuolto-oppilaitos. Opinnäytetyö.

Kuopion yliopistollinen sairaala 2010. Tutuks, virtuaalinen tutustumiskäynti synnytyssairaalaa [viitattu 6.10.2010]. Saatavilla

<http://www.synnytystutuksi.fi/tutukspalvelu.html>

Lindholm, M. 2007. Perhevalmennus. Teoksessa Armanto, A. & Koistinen, P. (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy, 36–37.

Pirkanmaan sairaanhoitopiiri 2010. Synnytyssivusto [viitattu 6.10.2010]. Saatavilla <http://www.pshp.fi/default.aspx?nodeid=11374&lan=1>

Raitanen, S. 2001. Neuvolan tuki ja ohjaus odottavien äitien kokemana. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus Porin yksikkö. Opinnäytetyö.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV. Sisällönanalyysi [viitattu 10.1.2011]. Saatavilla <<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>>

Satakunnan sairaanhoitopiiri 2006. Synnytysvuodeosasto esittäytyy [viitattu 4.11.2010]. Saatavilla [http://www.satshp.fi/portal/page?\\_pageid=116,118417&\\_dad=wportal&\\_schema=WPORTAL&p\\_calledfrom=1](http://www.satshp.fi/portal/page?_pageid=116,118417&_dad=wportal&_schema=WPORTAL&p_calledfrom=1)

Sosiaali- ja terveysministeriö 2007. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen. Toimintaohjelma 2007–2011. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:17. Helsinki. Yliopistopaino.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2009. Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta [viitattu 5.10.2010]. Saatavilla <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2009/20090380>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2010. Synnytykset ja vastasyntyneet. Liitetaulukot [viitattu 14.2.2011]. Saatavilla <http://www.stakes.fi/FI/tilastot/aiheittain/Lisaantyminen/synnyttajat/index.htm>

Tilastokeskus 2006. Kvantitatiivinen ja kvalitatiivinen tutkimus [viitattu 16.11.2010]. Saatavilla <http://www.stat.fi/tup/verkkokoulu/data/tt/01/04/index.html>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2010. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkauksen käsitteleminen [viitattu 16.2.2011]. Saatavilla <http://www.tenk.fi/HTK/index.htm>

Viisainen, K. (toim.) 1999. Seulontatutkimukset ja yhteistyö äitiyshuollossa. Suositukset 1999. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.



## OPINNÄYTETYÖN LUPAHAKEMUS

HAKIJA/HAKIJAT	Nimi/nimet Heidi Aalto   Yhteys henkilön Puh: Osoite: Postino: Postitoimipakka: Email:	Opiskelu- tai työpaikka SAMK, Sos.- ja terv. ala, Porin yksikkö  Virka/toimi (ei koske opiskelijoita)  Opinnäytetyö/tutkimus <input checked="" type="checkbox"/> opinnäytetyö/AMK <input type="checkbox"/> opinnäytetyö/ylempi AMK <input type="checkbox"/> pro gradu tutkielma <input type="checkbox"/> lisensiaatin tutkielma <input type="checkbox"/> väitöskirjatutkimus <input type="checkbox"/> muu
OPINNÄYTETYÖN/TUTKIMUKSEN TIIVISTETTY KUVAUS (mm. nimi, kohderyhmä, menetelmät, aineisto)  LIITTEET opinnäytetyösuunnitelma (ks. erillinen ohje)	Teen opinnäytetyötä aiheesta "Vanhempien kokemukset sairaalan tutustumiskäynnistä ja synnytysvalmennuksesta". Tutkimus toteutetaan kyselylomakkein, jotka jaetaan kaikille ensisynnyttäjille Satakunnan keskussairaalassa osastolla S0 ajalla 15.11.-31.12.2010. Kyselytutkimuksena toteutetun työn avulla kartoitetaan ensisynnyttäjien kokemuksia synnytysvalmennuksesta ja synnytysvalmennuksessa saatavan tiedon riittävyyttä vanhempien tarpeisiin. Tutkimuksesta saatua tietoa voidaan jatkossa hyödyntää Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksen kehittämisessä.  Liite: Tutkimussuunnitelma, saatekirje ja kyselylomake	
OPPILAITOKSEN OHJAAJA(T)	2.11.2010 <i>(Markku Järvi)</i> SARI TEERI allekirjoitus/nimen selvennys  / allekirjoitus/nimen selvennys	
SITOUMUS	Sitoudun noudattamaan sairaanhoidopiirin ohjeistusta salassapitovelvollisuudesta 2.11.2010 <i>Heidi Aalto</i> allekirjoitus/nimen selvennys	
LUVAN MYÖNTÄMINEN	Sairaanhoidopiirin/toimialueen/yksikön tutkimus- tai kehittämishanke, johon opinnäytetyö/tutkimus liittyy (luvan myöntäjä täyttää):  Eettisen toimikunnan lausunto saatu <input type="checkbox"/> Eettisen toimikunnan lausuntoa ei tarvita <input checked="" type="checkbox"/>  Lupa opinnäytetyön toteuttamiselle Myönnän <input checked="" type="checkbox"/> En myönnä <input type="checkbox"/> Ylihoitaja(t) 5.11.2010 <i>Kari Kari</i>	



**SATAKUNNAN SAIRAANHOITOPIIRI**  
-kumppanuudella terveyttä ja toimintakykyä-

**OPINNÄYTETYÖN LUPAHAKEMUS**

	allekirjoitus/nimen selvennys
	allekirjoitus/nimen selvennys
Ylilääkäri(t) <u>S. K. -10</u>	allekirjoitus/nimen selvennys <u>[Signature]</u>
	allekirjoitus/nimen selvennys <u>[Signature]</u>
	allekirjoitus/nimen selvennys
SAIRAANHOITOPIIRIN YHDYSHENKILÖN NIMEÄMINEN	<u>osastonhoitaja Marika Nieminen</u> (ylihoitaja nimeää)
	Yhteystiedot (puh/email) _____

## HYVÄT VANHEMMAT!

Onnea perheenlisäyksen johdosta!

Olen Satakunnan ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelija ja teen parhailaan opintoihini kuuluvaa opinnäytetyötä aiheesta ”Vanhempien kokemukset sairaalan tutustumiskäynnistä ja synnytysvalmennuksesta”. Opinnäytetyötäni varten suoritan kyselyn, joka on ohessa oleva lomake.

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää ensisynnyttäjien kokemuksia tutustumiskäynnistä ja synnytysvalmennuksesta ja niissä saatavan tiedon riittävyyttä vanhempien tarpeisiin. Tutkimuksen tuloksia voidaan käyttää Satakunnan keskussairaalan synnytysvalmennuksen kehittämiseen. Tutkimuksen aineisto kerätään kaikilta ensisynnyttäjiltä Satakunnan keskussairaalan synnytysvuodeosastolla 15.11.–31.12.2010 välisenä aikana synnytyksen jälkeen ennen kotiin lähtöä.

Teille vanhemmille on ollut tarjolla Satakunnan keskussairaалassa joko tutustumiskäynti synnytysosastoilla tai auditoriossa järjestetty synnytysvalmennus asuinpaikkakunnastasi riippuen. Satakunnan keskussairaalan tutustumiskäynnillä ja synnytysvalmennuksessa on käsitelty muun muassa seuraavia aiheita: synnytykseen valmistuminen, synnytyksen vaiheet, kivunlievitys, sairaala-aika ja ensi-imetys.

Oheiseen kyselylomakkeeseen vastaaminen on täysin vapaaehtoista. Vastaajan henkilöllisyys ei tule missään tutkimuksen vaiheessa selville. Toivoisin Sinulta hetken aikaa ja kiinnostusta vastata oheisiin kysymyksiin. Jokaisen kokemukset ja mielipiteet ovat tärkeitä. Vastaamalla voit vaikuttaa synnytysvalmennuksen kehittämiseen. Kaikki lomakkeessa olevat tiedot käsitellään luottamuksellisesti. Tietoja käytetään vain opinnäytetyössä. **Voit palauttaa täytetyn kyselylomakkeen osastolla olevaan suljettuun laatikkoon.**

Yhteistyöstä kiittäen

Heidi Aalto

Terveydenhoitajaopiskelija/SAMK



## **LISÄOHJEISTUS SAIRAALAN TUTUSTUMISKÄYNTIIN OSALLISTUNEILLE VANHEMMILLE**

**Vastatkaa kaikkiin kysymyksiin tutustumiskäynnillä kokemanne mukaan vaikka kysymykset olisivatkin kohdistettu synnytysvalmennusta koskeviksi.**

Tässä esimerkkinä samat kysymykset kohdistettuina tutustumiskäyntiä koskeviksi. Vastatkaa kysymyksiin kyselylomakkeelle oikean kysymyksen kohdalle.

Kysymys 6. Osallistuiko lapsesi isä tai tukihenkilösi tutustumiskäyntiin?

Kysymys 7. Minkälaisena koit tutustumiskäynnin?

Kysymys 8. Vastasiko tutustumiskäynti odotuksiasi?

Kysymys 9. Saitko tutustumiskäynnillä synnytysosastolla riittävästi tietoa...

Kysymys 10. Saitko tutustumiskäynnillä synnytysvuodeosastolla riittävästi tietoa...

Kysymys 13. Vaikuttiko tutustumiskäynti synnytyksiin liittyviin pelkoihisi?

Kysymys 14. Jos osallistuisit synnytysvalmennukseen mikä olisi mielestäsi tehokain opetusmenetelmä?

Kysymys 15. Mitä asioita olisit toivonut käsiteltävän?

**Rengastakaa yksi vaihtoehto tai kirjoittakaa vastaus sille varattuun tilaan. Tarvittaessa voitte jatkaa vastausta paperin kääntöpuolelle. Kohdissa 9 ja 10 voitte vapaasti kommentoida vastauksia niille varattuun tilaan.**

- 1. Ikä**
- 1 16-20 vuotta
  - 2 21-25 vuotta
  - 3 26-30 vuotta
  - 4 31-35 vuotta
  - 5 36-40 vuotta
  - 6 yli 40 vuotta

**2. Oletko parisuhteessa?**

- 1 Kyllä
- 2 En

**3. Koulutus**

- 1 Peruskoulu
- 2 Ylioppilastutkinto
- 3 Ammatillinen koulutus
- 4 Opistoasteinen koulutus
- 5 Korkeakoulututkinto
- 6 Muu, mikä \_\_\_\_\_

**4. Kotikuntasi \_\_\_\_\_**

**5. Osallistuitko Satakunnan keskussairaalaan**

- a. tutustumiskäyntiin synnytysosastoille?
- b. synnytysvalmennukseen auditoriossa?

**6. Osallistuiko lapsesi isä tai tukihenkilösi synnytysvalmennukseen?**

- 1 Kyllä
- 2 Ei

**7. Minkälaisena koit synnytysvalmennuksen?**

- 1 Myönteisenä
- 2 Melko myönteisenä
- 3 En osaa sanoa
- 4 Melko kielteisenä
- 5 Kielteisenä

**8. Vastasiko synnytysvalmennus odotuksiasi?**

- 1 Kyllä
- 2 Ei. Miksi?

---



---



---



---

**9. Saitko synnytysvalmennuksessa riittävästi tietoa**

	Täysin samaa mieltä	Lähes samaa mieltä	En osaa sanoa	Lähes eri mieltä	Täysin eri mieltä
a. Synnytyksen alkamisesta ja sairaalaan lähtemisestä? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
b. Äidin voinnin seurannasta synnytyksen aikana? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
c. Vauvan voinnin seurannasta synnytyksen aikana? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
d. Normaalin synnytyksen etenemisestä? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
e. Toimenpiteistä synnytyksen aikana? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
f. Poikkeavasta synnytyksestä (esim. imukupisynnytys, perätilasynnytys, keisarileikkaus)? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
g. Synnytyksen eri vaiheista (avautumis- ja ponnistusvaiheista)? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
h. Rentoutumismenetelmistä synnytyksen avautumisvaiheen aikana? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
a. Kivunlievityskeinoista? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
b. Miten isä/tukihenkilö voi auttaa synnyttäjää? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
c. Ensi-imetyksestä? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
d. Mitä tehdään ja mitä tapahtuu, jos vauvalle on ongelmia synnytyksen jälkeen? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5

**10. Saitko synnytysvalmennuksessa riittävästi tietoa**

	Täysin samaa mieltä	Lähes samaa mieltä	En osaa sanoa	Lähes eri mieltä	Täysin eri mieltä
a. Sairaala-ajasta, vierailukäytännöistä ja osastolla tapahtuvasta ohjauksesta? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
b. Äidin tavallisimmista ongelmista synnytyksen jälkeen (esim. väsymys, mielialanvaihtelut, rintojen kipeytyminen)? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
c. Äidin synnytyksen jälkeen ilmenevien tavallisten ongelmien hoidosta synnytysvuodeosastolla? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
d. Ensipäivistä vauvan kanssa sairaalassa? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
e. Imetyksen ensipäivistä? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
f. Imetyksen eduista äidille? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
g. Imetyksen eduista vauvalle? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
h. Vanhemmuuden ensihetkestä? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
i. Vauvatahtisen imetyksen merkityksestä? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5
j. Isän osallistumisesta vauvan hoitoon synnytyksen jälkeen? Kommentoi:_____	1	2	3	4	5

**11. Oliko sinulla synnytykseen liittyviä pelkoja raskauden aikana?**

- 1 Minulla ei ollut pelkoja. Jatka kysymykseen 14.
- 2 Minulla oli vähän pelkoja
- 3 Minulla oli jonkin verran pelkoja
- 4 Minulla oli paljon pelkoja

**12. Jos sinulla oli synnytykseen liittyviä pelkoja, millaisia ne olivat?**

---

---

---

---

**13. Vaikuttiko synnytysvalmennus synnytykseen liittyviin pelkoihisi?**

- 1 Synnytysvalmennus vähensi selvästi pelkojani
- 2 Synnytysvalmennus vähensi vähän pelkojani
- 3 Synnytysvalmennus ei vaikuttanut pelkoihini
- 4 Synnytysvalmennus lisäsi vähän pelkojani
- 5 Synnytysvalmennus lisäsi selvästi pelkojani

**14. Mikä mielestäsi olisi tehokkain opetusmenetelmä synnytysvalmennukseen?**

- 1 Luento
- 2 Harjoitukset
- 3 Havainnollinen esittäminen
- 4 Ryhmäkeskustelu
- 5 Video
- 6 Jokin muu, mikä \_\_\_\_\_

**15. Mitä asioita olisit toivonut synnytysvalmennuksessa käsiteltävän?**

---

---

---

---

---

**Tähän voit kirjoittaa esim. parannusehdotuksia, ruusuja tai risuja.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**KIITOS VASTAUKSISTASI!**

## ESIMERKKI SISÄLLÖNANALYYSISTÄ

	Pelkistetty ilmaus	Alakategoria	Yläkategoria
Miten synnytysvalmennusta voisi kehittää?	<p><i>"Pitäisi sanoa rehellisesti esim. mitä komplikaatioita voi tulla."</i></p> <p><i>"Olisi ollut kiva kuulla myös sellaisista synnytyksistä, mitkä venyvät ja joudutaan käynnistykseen."</i></p> <p><i>"Käynnistyksestä vain vähän puhetta."</i></p> <p><i>"Perätilasynnytyksiä ei juuri mainittu."</i></p> <p><i>"..enemmän tietoa sektioista.."</i></p> <p><i>"..enemmän tietoa synnytysvuodeosaston toiminnasta ja ajasta siellä..."</i></p> <p><i>"..enemmän painotusta synnytyksen eri vaiheisiin.."</i></p> <p><i>"Olisi voinut puhua synnytyksen kuluista enemmän.."</i></p> <p><i>"Asiat, jotka liittyivät synnytykseen olisi voitu käsitellä vielä tarkemmin."</i></p> <p><i>"...kaipasimme konkreettisia kokemuksia yms.."</i></p>	Tarkempaa tietoa	Kattavampi luento aiheista
	<p><i>"Juuri käytännönharjoituksia jäin kaipaamaan!"</i></p> <p><i>"..enemmän käytännön harjoittelua.."</i></p> <p><i>"..hengitysharjoituksia.."</i></p> <p><i>"Kaipasin enemmän konkreettista harjoitusta..."</i></p> <p><i>"Käytännössä olisi ollut mukava kokeilla esim. rentoutumista sekä synnytysasentoja yms."</i></p> <p><i>"..havainnollinen esittäminen.."</i></p>	Harjoitusten tekeminen	Harjoitusten ohjaaminen

	<p><i>"Enemmän harjoituksia."</i></p> <p><i>"Harjoitukset olisivat antaneet enemmän.."</i></p> <p><i>"Synnytysasentoja olisi hyvä jopa kokeilla.."</i></p>		
	<p><i>"Valmennus jaettuna useampaan käyntiin.."</i></p> <p><i>"..liikaa tietoa, liian lyhyessä ajassa.."</i></p> <p><i>"..kaikista mielestäni vain "pintaraapaisu".."</i></p> <p><i>"..asioiden jakaminen useampaan osaan, ei kaikkea kerralla.."</i></p> <p><i>"..luento oli todella pitkä.."</i></p> <p><i>"..ehkä kaksi valmennuskertaa yhden sijaan olisi ollut enemmän parempi vaihtoehto.."</i></p> <p><i>"..vähän enemmän ja tarkemmin kaikkia asioita.."</i></p> <p><i>"Nykyinen systeemi aivan liian suppea!"</i></p> <p><i>"..liian pintapuolista.."</i></p> <p><i>"..liian pitkä aika istuttavaksi raskaana oleville.."</i></p> <p><i>"Luentoa parempi vaihtoehto voisi olla valmennusryhmä, jossa kerralla pienempi määrä osallistujia...ryhmä kokoontuisi muutamia kertoja.."</i></p>	<p>Liikaa tietoa, liian lyhyessä ajassa.</p>	<p>Luennon jakaminen useampaan osaan</p>
	<p><i>"Videosta ihan todellinen ensisynnytäjän kokemus."</i></p> <p><i>"..video ei tuntunut tarpeeksi realistiselta.."</i></p> <p><i>"Olin halunnut, että synnytysvideo olisi ollut haasteellisempi synnytys.."</i></p>	<p>Ensisynnytäjän synnytyksen näkeminen.</p>	<p>Ensisynnyttäjän synnytyksen kuvaaminen ja esittäminen.</p>

	<p><i>"Epiduraalivideo liian yksityiskohtainen, lähes pelottava."</i></p> <p><i>"Epiduraalin pistämisestä kertova video oli turhaa ajan haaskausta."</i></p>	Epiduraalivideon näkeminen ei välttämätöntä.	Epiduraalivideon pois jättäminen valmennuksesta.
	<p><i>"Olisin toivonut tutustumiskäyntiä synnytysosastoille."</i></p> <p><i>"Olisin halunnut tutustumiskäynnin synnytysosastolle."</i></p> <p><i>"..jotain konkreettisempaa kuin pelkkä luento, esim. tutustumiskäynti.."</i></p> <p><i>"Ei päässyt osastolle katsomaan. Muuten ok."</i></p>	Tutustumiskäynnille pääseminen.	Tutustumiskäynnin järjestäminen.
	<p><i>"..monistenippu olisi ollut kiva myöhempää tarkastelua varten.."</i></p> <p><i>"Luennolla hyvät esitysmateriaalit, joista osan olisi voinut jakaa osallistujille kotiin tarkempaa tutustumista varten."</i></p>	Kirjallisen materiaalin saaminen.	Kirjallisen materiaalin jakaminen tai osastojen internet-sivujen käytön painottaminen.
	<p><i>"Auditoriossa paljon osallistujia, ei arvannut kysyä kaikkia mieltä painavia asioita.."</i></p> <p><i>"Valmennus pienemmälle porukalle.."</i></p>	Suuret osallistujamäärät.	Osallistujamäärien jakaminen lisäämällä valmennuskertoja.